LA AUTOESTIMA DEL ADOLESCENTE



Ricardo Nuño Cázares

Mayo de 2003

PRÓLOGO

El saber popular puede definirse como el conjunto de creencias que la mayoría de las personas comparten y mantienen sin ponerlas en tela de juicio porque les proporciona una perspectiva básica del mundo, porque les permiten un sentimiento de pertenencia de grupo, y porque les añade certidumbre existencial y una guía de acción vivencial. El objetivo del saber cotidiano popular no consiste en la certeza de verdad, sino en la tranquilidad que proporciona lo creíble.

Muchas veces las personas describen el saber como una creencia en lo justificadamente cierto. Pero no todos esos saberes son verdaderos pues las raíces de su racionalidad están enterradas en creencias compartidas culturalmente de padres a hijos. La creencia, no alcanza la categoría especial de saber, sino sólo cuando ha resistido al examen crítico y científico. Otros saberes populares solo se basan en teorías más o menos organizadas pero nunca confirmadas empíricamente. Para que un conocimiento sea considerado verdaderamente como saber, es preciso que sobreviva a un examen crítico; que pueda ser justificado, y que supere todos los intentos de demostrar su falsedad.

La autoestima, es un concepto que se ha vuelto muy popular en la actualidad. Hoy en día, en México los periódicos y revistas hablan de la autoestima, y desde el más letrado hasta el más analfabeta hablan de la autoestima. Hemos vivido, por ejemplo, la experiencia de que una madre de familia se queje de un maestro diciendo que el trato que éste da a sus alumnos, hace que le baja la autoestima al hijo de ella que está en su grupo. Sin embargo, cuando les preguntamos a esas mamás qué es la autoestima, o cómo se mide para saber si está alta o baja, las personas responden con argumentos simplistas, incoherentes, y hasta ilógicos.

La "racionalidad" opera en un ámbito de pensamiento distinto al del saber popular y, por tanto, para rescatar los conceptos de saber popular es preciso cambiar de categoría conceptual. De ahí, la necesidad de redefinir, en sentido racional y operacional, los conceptos de sentido común. Para empezar la tarea crítica, primero hay que problematizar mediante un análisis crítico, los saberes populares. El concepto de autoestima, requiere ser analizado críticamente, operacionalizado, y si la evidencia empírica lo respalda, organizado en un saber teórico y práctico con bases científicas.

Los diferentes tipos de saber que los docentes poseen y utilizan deben ser problematizados para poder someterlos a un examen crítico como punto de partida para una práctica de enseñanza informada. Los actos educativos son actos sociales, y por tanto reflexivos, históricamente localizados, y sumergidos en contextos intelectuales y sociales concretos. Una teoría crítica de la educación demanda una disposición para pensar críticamente; requiere una comunidad crítica de docentes dispuestos a emprender un examen de los saberes con que desempeñan su misión. El momento histórico actual, exige una revisión crítica del concepto de la autoestima.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con Nathaniel Branden, quien es considerado "el más importante especialista en la materia" por la editorial Paidós[1], en la segunda mitad de la década de los ochenta "explotó por todo el país el tema de la autoestima" tras una tranquila elaboración durante décadas"[2], y refiere con razón que cada vez más las personas comentan su importancia para el bienestar humano, o incluso atribuyen los problemas de conducta o de aprendizaje a una llamada "baja autoestima".

Refiere Branden que después de publicar en 1969 su libro "Psicología de la autoestima", pensó que había dicho todo lo que se podía decir sobre el tema[3], y aunque en las siguientes dos década escribió cuatro libros más al respecto, no fue sino hasta 1995 que publica su obra más importante sobre la autoestima, en donde da aborda la importancia de ésta para el éxito o fracaso de los estudiantes en la escuela.

Nos queda claro que en etapa actual de la educación media en México, se menciona con frecuencia que hay jóvenes adolescentes que presentan baja autoestima, sin causa aparente que lo origine, y con repercusiones en su aprovechamiento escolar. Debido que la pubertad, origen de la adolescencia, generalmente se inicia a final de la escuela primaria, sus efectos más fuertes surgen cuando el joven cursa la educación media (secundaria).

Curiosamente, la mayoría de los maestros que entrevistamos en una encuesta exploratoria previa a este trabajo, encontramos que ninguno podía definir con claridad criterios objetivos para definir la autoestima, sus características, las formas principales de autoestima que hay, las causas de la autoestima favorable y desfavorable y la forma como ésta se relaciona con conductas desadaptativas o con un desempeño escolar deficiente. Más aún, la mayoría no conocía documento alguno para medir la autoestima que no fuere simplemente "a ojo de buen cubero" (es decir subjetivamente), sino mediante un instrumento validado, confiable, objetivo y científico.

Los objetivos de este trabajo de investigación documental, son básicamente el responder a dudas e inquietudes sobre el tema, planteadas en tres líneas de pensamiento:

1- Conocer qué es la autoestima, características, factores que la afectan, y principales formas de manifestación.

2- Descubrir la forma como se relaciona la autoestima con la adolescencia de los estudiantes de educación media.

3- Elaborar un documento que sirva como punto de partida para la elaboración de propuestas de valoración y de intervención, para prevenir la aparición de problemas de autoestima, o para subsanarlos cuando ya se han presentado.

---

[1] BRANDEN, Nathaniel. Los seis pilares de la autoestima. Paidós, México, 2002. P. 1.
[2] BRANDEN, Op. Cit. Pp. 2-10
[3] BRANDEN, Op Cit, p. 11

La forma como hemos organizado la presentación de este trabajo es la siguiente:

En el primer capítulo hacemos una revisión panorámica del concepto de autoestima hasta la fecha. En el segundo capítulo hacemos una recopilación de las principales teorías humanistas de la personalidad por ser el marco teórico propio para el tratamiento del tema de la autoestima. En el capítulo tercero se hace una revisión de los aspectos del desarrollo adolescente ya que son los adolescentes en quienes se centra este estudio. En el capítulo cuatro se hace una recapitulación de lo revisado en los anteriores capítulos, para hacer una síntesis de la autoestima en los adolescentes. Finalmente en el capítulo quinto se hace una revisión de los trabajos más formales que conocemos para la evaluación objetiva de la autoestima. El trabajo finaliza con nuestras conclusiones.

CAPITULO 1

1.1 VISIÓN PANORÁMICA DE LA AUTOESTIMA

ANTECEDENTES HISTÓRICOS

William James, conocido como el padre de la psicología norteamericana, publicó en 1980 un libro que aún ahora es importante: *Principles of Psychology*. En él, hizo una definición que hoy se ajusta perfectamente al concepto de la autoestima: "lo que sentimos respecto a nosotros mismos en este mundo depende enteramente de lo que apostemos ser y hacer".

El término "autoestima" ya fue expresado por Stanley Coopersmith en un reporte de investigación que realizó sobre los antecedentes de la autoestima. De hecho, adelanta una definición de la misma: "Entendemos por autoestima la evaluación que efectúa y generalmente mantiene el individuo con respecto a sí mismo".

Richard Bednar, Gawain Wells, y Scott Patterson escribieron un libro llamado *Self-Steem: Paradoxes and Innovations in Clinical Theory and Practice*, donde aportan otra definición de autoestima: "Definimos la autoestima como un sentido subjetivo de autoaprobación realista.

ANTECEDENTES CONTEMPORÁNEOS

En 1990 se llevó a cabo la primera conferencia internacional sobre la autoestima, y el país sede fue Noruega. En nuestro país, la influencia pronto se dejó sentir. Sin embargo, nosotros hemos encontrado que en los albores del Siglo XXI, la mayoría de los docentes tienen conceptos vagos acerca de la autoestima. Muchos de ellos, hablan con una actitud de autoridad, señalando que el alumno fulano se porta mal porque tiene una autoestima baja, o que el alumno mengano debe sus problemas de aprendizaje a una autoestima deficiente, pero cuando se les cuestiona acerca de cómo lo midieron, todos explican que es una apreciación subjetiva. Más aún, unos hablan de que algunos alumnos no tienen autoestima. Otros dice que si la tienen pero que es mala. Otros argumentan que no es mala sino que es baja. En una encuesta preliminar que realizamos, y de una docena de autores contemporáneos que escriben sobre la autoestima y cuya obra revisamos, la mayoría de ellos no sabe cuál es la medida a partir de la cual la autoestima se convierte en alta o en baja, ni como se llama el instrumento objetivo y empírico con que se mide.

A pesar de que hace unos 20 años comenzó a hablarse mucho de la autoestima, hoy en día parece que los autores no pueden ponerse de acuerdo acerca de una definición común. A manera de ejemplo de lo anterior, y con el fin de tener una panorámica actual del concepto de autoestima, a continuación citamos algunas definiciones formales y después de cada una de ellas acotamos nuestros comentarios:

1.- "Autoestima significa quererse a sí mismo. Es respetarse y tenerse confianza, es gustarnos, querernos y saber que podemos hacer lo que nos

propongamos... La falta de autoestima significa todo lo contrario: sentirnos culpables, indefensos, vulnerables, tenerle miedo a la vida y a sus retos; en pocas palabras, ser infelices, dependientes y sin la fuerza suficiente para remediarlo; por eso es tan fundamental en la personalidad de cualquier ser humano"[4].
Comentarios: En esta definición, la autoestima existe o no existe; no hay autoestima alta o baja.

2.- "Autoestima Alta. Una persona con autoestima alta, vive, comparte e invita a la integridad, honestidad, responsabilidad, comprensión y amor; siente que es importante, tiene confianza en su propia competencia, tiene fe en sus propias decisiones y en que ella misma significa su mejor recurso... Irradia confianza y esperanza y se acepta totalmente a sí misma como ser humano. Autoestima baja. Muchas personas que pasan la mayor parte de su vida con una autoestima baja... piensan que no valen nada o muy poco. Estar personas esperan ser engañadas, pisoteadas, menospreciadas por los demás, y como se anticipan a lo peor, lo atraen y por lo general les llega"[5].

Comentario: Aquí se da por sentado que la autoestima existe, y tiene dos posibles estados de manifestación: Alta o baja. Se infiere por la explicación que alta es sinónimo de buena, y baja es sinónimo de mala. Sin embargo, no se dan los parámetros para operacionalizar la definición, es decir para medirla y saber qué tan alta y qué tan baja, o mejor aún, cuál es el valor numérico que determina donde comienza la alta y donde la baja.

3.- "La alta autoestima es la capacidad desarrollable de experimentar la existencia, conscientes de nuestro potencial y nuestras necesidades reales; la capacidad de amarnos incondicionalmente y confiar en nosotros para lograr objetivos a pesar de los factores limitantes o de las circunstancias externas... Es una tendencia que resulta de conocernos, aceptarnos y valorarnos. La Baja autoestima es un estado de desequilibrio y conciencia reducida, generalmente originado durante el nacimiento y la crianza, que promueve y sostiene pensamientos, sentimientos, emociones y comportamientos auto-limitadores que afectan el funcionamiento del individuo, consigo mismo y con su entorno... asumiremos que la Autoestima es siempre cuestión de grados y que puede ser aumentada... utilizaremos los términos desvalorización o desestima como palabras referidas a una inconsciente de vivir"[6].

Comentarios: Este autor, aunque presenta su definición cuatro años antes que el autor anterior, También considera que la autoestima existe a partir del nacimiento y se forma durante la crianza infantil. También considera que puede

---

[4] Muñoz Z. Berenice, Autoestima para sus hijos, Editorial Distribuidora Leo, México, 2002. Pp. 5-6.
[5] Rodríguez E. Mauro, Pellicer Georgina y Domínguez Magdalena. Autoestima: Clave del éxito personal, Manual Moderno. México, 2002. Pp. 24-25.
[6] Yagosesky, Renny. Autoestima en palabras sencillas, Júpiter Editores, México, 1998. Pp. 15-19.

ser aumentada y disminuida (desvalorizada). Sin embargo, tampoco proporciona una definición operativa (mensurable).

En cuanto al origen de la autoestima, también hay opiniones variables. A continuación algunas citas matizadas con nuestros comentarios:

1.- Yagosesky considera que la autoestima se forma "desde el momento mismo cuando somos concebidos y el vínculo entre nuestros padres se consuma y las células sexuales masculina y femenina se funden..."[7]. Más adelante acota: "En conclusión, la autoestima se forma durante la gestación, durante el parto y en los años que siguen al nacimiento del niño"[8]. Comentario: El autor no aporta pruebas empíricas que permitan asegurar que la autoestima se genera en la gestación, sin embargo esta es una carencia en todos los autores, la mayoría de los cuales aventuran definiciones no probadas ni probables.

2.- Por su parte, Rodríguez sostiene que "la autoestima es aprendida, y como tal susceptible de ser modificada, reaprendida... "[9]. En cuanto al momento en que se aprende, Rodríguez hace referencia a las 8 etapas del desarrollo delineadas por el teórico humanista de la personalidad Erik Erikson, y específicamente menciona que es en la primera etapa, es decir en la primera infancia, cuando se desarrolla en el seno familiar la autoestima. Es la Etapa que Erikson llama "confianza básica contra desconfianza". Comentarios: Mauro Rodríguez se ha apoyado asertivamente en uno de los principales teóricos de la psicología del desarrollo, con una visión más empírica.

Otro de los aspectos a considerar, es que una vez originada la autoestima cómo se desarrolla, se conserva, se modifica, se daña, o se repara. A continuación algunas citas comentadas:

1.- Yagosesky refiere que la autoestima es un proceso de aprendizaje que dura toda la vida, y que para desarrollarla se requiere primero querer hacerlo y luego comprometerse a fondo para tal fin. Básicamente considera que se requiere aprender a "vivir conscientemente"[10], y propone estrategias como aprender a decidir, respetar las diferencias individuales, y eliminar el sentimiento de culpa. Comentarios: Para este autor, la autoestima es un continuo sin fin a lo largo de la vida, en constante evolución, cuyas variaciones dependen del proceso meta-cognitivo del vivir conscientemente; es decir que quien vive consciente de su existir tiene alta autoestima, y quien vive sin ser reflexionar sobre su existencia tiene baja autoestima. Una pregunta sería ¿las personas que no tienen capacidad para ser reflexivos y conscientes de su existencia, por ejemplo por discapacidad intelectual, nunca podrán desarrollar autoestima? Las evidencias empíricas parecen indicar que si la discapacidad intelectual es leve

---

[7] Yagosesky, Op. Cit. P. 22.
[8] Yagosesky, Op. Cit. P. 26.
[9] Rodríguez E. Mauro, Pellicer Georgina y Domínguez Magdalena. Autoestima: Clave del éxito personal, Manual Moderno. México, 2002. P. 47.
[10] Yagosesky, Op. Cit. Pp. 204-217.

(Cociente Intelectual Inferior a Término Medio, 80-89, o Capacidad Intelectual Límite 70-79), sí pueden desarrollar esta reflexividad, pero difícilmente lo logra quienes tienen un Cociente Intelectual menor.

2.- Mauro Rodríguez, proporciona un esquema que llama "escalera de la autoestima", conformado por 6 pasos para el desarrollo de la misma: Autoconocimiento, Autoconcepto, Autoevaluación, Autoaceptación, Autorespeto y Autoestima como la cúspide o logro. Comentario: Rodríguez se apoya para esta propuesta en un esquema del "yo integral (biopsicosocial)", no sin antes declarar de manera muy asertiva y acertadamente: "este esquema no pretende ser científico"[11]. Por otro lado es importante destacar que también se apoya en la teoría de Abraham Maslow, uno de los principales teóricos de la personalidad, dentro del marco de la psicología humanista.

3.- Linda Field[12] da por sentado que la autoestima existe, y que es modificable entre los extremos de baja autoestima y alta autoestima, según se infiere de su libro donde aporta 60 consejos para elevar la autoestima. Comentario: la autora no aporta definiciones, no intenta explicar cómo o cuando surge, ni como se mide. Sin embargo, son consejos prácticos como: "diga cosas positivas de sí mismo", "deje de ser una víctima", "manténgase alejado de la gente quejumbrosa".

4.- Doc L. Childre presenta un libro dirigido a padres para que desarrollen la autoestima de sus hijos[13]. El autor da por sentado que la autoestima se desarrolla en la infancia, en el hogar, y que los padres juegan un papel importante en su desarrollo. Comentarios: El autor centra toda su propuesta en "el sistema matemático del corazón", que es un concepto toral con el cual creó el "Instituto de Matemáticas del Corazón". Él considera que el cerebro es como una computadora, y que el corazón es el "cerebro de la computadora", es decir el cerebro del cerebro, porque "el corazón es la parte más inteligente", es más, "el corazón es mucho más inteligente, es el sitio de la sabiduría"[14]. Nuestra opinión es que este es un libro que carece de rigor científico cayendo más bien en lo anecdótico.

5.- Catherine Cardinal escribió un libro de tinte religioso. En la introducción dice que si Dios (el señor) volviera sus ojos hacia sus hijos se encontraría una humanidad con una lista de muchas fallas, y en el primer lugar de esa lista estaría la baja autoestima. También menciona que el problema de la baja autoestima "parece ser particularmente contagioso de padres a hijos". El resto del libro es una lista de 10 mandatos que deberán seguirse para "el proceso de cura de la autoestima"[15].Comentarios: La autora considera que la baja

---

[11] Rodríguez E. Mauro, Pellicer Georgina y Domínguez Magdalena. Autoestima: Clave del éxito personal, Manual Moderno. México, 2002. Pp. 7-11.
[12] Field, Lynda. 60 Consejos para elevar la autoestima. Diana. México, 2002.
[13] Childre, Doc L. Adolescentes seguros, Selector. México, 2002.
[14] Childre Doc. Op. Cit. Pp. 14-21.
[15] Cardinal Catherine. Los Diez Mandamientos de la Autoestima. Panorama Editorial. 2002.

autoestima es una enfermedad que se cura siguiendo exactamente diez mandatos (no mas, no menos), de probable inspiración divina por su conducto. No da definición de Autoestima, ni trata de explicar el origen o el cómo se desarrolla o menos aún el cómo se llega a esa enfermedad. Tampoco dice cómo se diagnostica cuando la persona ya se curó, si acaso lo consiguió.

6.- Bárbara Sher publicó un libro con una serie de juegos para mejorar la autoestima de los niños. Es un libro dedicado a padres y maestros[16]. Comentario: Es un conjunto interesante de juegos para niños, pero creemos que esta colección de juegos difícilmente pueden tener el impacto psicológico y terapéutico como para modificar la autoestima de un niño. Aunque el juego puede ser utilizado como estrategia terapéutica (terapia de juego), no todo tipo de juegos tiene el impacto terapéutico. En todo caso, no hay pruebas empíricas mediante una investigación experimental controlada que demuestre que esos juegos que ella propone, son terapéuticos.

7.- La Dra. Dryden publicó un "manual de sentimientos positivos" como estrategia para lograr la autoestima[17]. El libro comienza con un prólogo contradictorio. Primero afirma que no es necesario un terapeuta para recuperar el control emocional. Luego afirma que los problemas emocionales son malos hábitos, por lo tanto aprendidos, y por mismo lo que se requiere es educación para cambiarlos. En consecuencia, continúa, un educador es un psicoterapeuta y las personas con problemas emocionales requieren un educador. En descargo diríamos que el prólogo no fue escrito por ella sino por el Dr. Paul Hauck, aunque sin embargo ella admite el comentario en su libro. Otro aspecto que consideramos sesgado es que la Dra. Considere que la depresión, asociada a la autoestima baja, es causada por 3 razones: el autodesprecio, la autocompasión y la compasión por el prójimo, y descarta que exista otra causa de la depresión. Evidentemente, no ha tenido acceso a información neuropsicológica, cuyas investigaciones han demostrado fehacientemente que existen factores heredo-familiares, químicos y orgánicos que pueden producir la depresión. Por otro lado, la Dra. Dryden se fundamenta en los trabajos del Dr. Alberto Ellis, uno de los principales teóricos de la personalidad, y fundador de una de las estrategias terapéuticas más exitosas hasta la fecha, conocida como "Terapia Racional Emotiva". De esta manera, las estrategias de la Dra. Dryden para desarrollar, mejorar, y reparar la autoestima son básicamente las estrategias terapéuticas de la Terapia Racional Emotiva. Otra aportación importante, es un análisis que hace del psicoanálisis como estrategia terapéutica para mejorar la autoestima, y termina concluyendo que como terapia es de poca utilidad.

Tres obras merecen análisis especial: la de Daniel Goleman, la de Nathaniel Branden y la de Albert Ellis:

---

[16] Sher Bárbara. Juegos para mejorar la autoestima en los niños. Selector. México, 2002.
[17] Dryden Wendy, Dra., y Jack Gordon. Cómo lograr la autoestima. Ediciones Suromex, México, 2002.

DANIEL GOLEMAN
SU OBRA[18]:

En los últimos años se ha venido hablando de la existencia de "inteligencias múltiples". Por ejemplo, Howard Gardner, habla de 7 tipos de inteligencia que existen en cada persona, definidas como formas de abordar la realidad. Postula que dichas inteligencias están presentes por igual en todos los sujetos, y la diferencia entre los individuos es sólo cuestión de intensidad de esas inteligencias:

> "En esencia, la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner postula que la forma en que se configura la mezcla de las múltiples inteligencias en cada sujeto, da como consecuencia que cada individuo tiene una forma diferente de abordar la realidad. De esta teoría, surgieron dos tipos de inteligencias muy relacionadas con la competencia social: la Inteligencia Interpersonal y la Inteligencia Intrapersonal. Gardner[19] las definió como sigue: "*La Inteligencia Interpersonal se construye a partir de una capacidad nuclear para sentir distinciones entre los demás: en particular, contrastes en sus estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones. En formas más avanzadas, esta inteligencia permite a un adulto hábil leer las intenciones y deseos de los demás, aunque se hayan ocultado... La inteligencia intrapersonal es el conocimiento de los aspectos internos de una persona: el acceso a la propia vida emocional, a la propia gama de sentimientos, la capacidad de efectuar discriminaciones entre las emociones y finalmente ponerlas un nombre y recurrir a ellas como un medio de interpretar y orientar la propia conducta...*" [20]

En este marco de referencia, Goleman publicó en 1995 una obra que se convirtió rápidamente en un best-seller: "Inteligencia Emocional". Las idea básicas en que se fundamenta el libro es que la llamada Inteligencia Emocional coexiste con la Inteligencia cognitiva, que es el factor clave para una adaptación exitosa en las diferentes contingencias de la vida, que consta de un conjunto de metahabilidades y que puede ser aprendida.

Goleman[21], resume estas dos inteligencias propuestas por Gardner, como "*la capacidad de discernir y responder apropiadamente a los estados de ánimo, temperamentos, motivaciones y deseos de las demás personas*" y como "*la capacidad de establecer contacto con los propios sentimientos, discernir entre ellos y aprovechar este conocimiento para orientar nuestra conducta"*. El concepto de Inteligencia Emocional fue desarrollado por Peter Salovey, quien la definió como "*un tipo de inteligencia social que incluye la habilidad de supervisar y entender las emociones propias y las de los demás, discriminar entre ellas, y usar la información para guiar el pensamiento y las acciones de uno*".

---

[18] Goleman, D. Inteligencia Emocional. Kairós. España
[19] GARDNER H., Inteligencias múltiples. , 1993, p. 40-42.
[20] GOLEMAN, D. Inteligencia Emocional. Kairós. España, 1996, p. 22-53
[21] GOLEMAN, D., Op Cit. P. 74

A la luz de esta definición, una baja autoestima resulta cuando la persona no ha aprendido a usar adecuadamente su inteligencia emocional, por lo que realiza pautas de pensamiento y comportamiento que le llevan a ese estado. Por el contrario, una autoestima alta resulta de las prácticas exitosas de pensamiento y acción de las personas que controlan sus emociones.

Debemos aquí mencionar que un grupo de investigadores de la Universidad de Cadiz, España (*José Miguel Mestre Navas, María del Rocío Guil Bozal, María del Rosario Carreras de Alba, y Paloma Braza Lloret)* realizaron una concienzuda investigación siguiento parámetros científicos, objetivos, estadísticos, para determinar la validez de dos de las principales pruebas que se han inventado para medir la Inteligencia Emocional; una de ellas basada en los constructos de Goleman. Sus resultados les permiten concluir que hasta el momento, la teoría no ha sido validada[22].

NATHANIEL BRANDEN.

Cuando analizamos con detenimiento la trayectoria de Branden es fácil ver como ha evolucionado su concepto de la autoestima. Definitivamente Branden es uno de los precursores del concepto contemporáneo de la autoestima, tal como la conocemos hoy en día. Sin embargo, aún hay algunos aspectos que requieren una reformulación.

Branden era aún estudiante de Psicología en la Universidad de Nueva York en 1954 cuando comenzó a escribir sobre la autoestima[23], pero su primer libro *The psychology of Self-Esteem* se publicó en 1969. A lo largo de cuatro décadas escribiría otra decena de libros sobre el tema (*Breaking free, the disowned self, the psychology of romantic love, what love asks of us, the psychology of self-esteem, if you could hear what I cannot say, The art of self discovery, How to Raise your Self-esteem, Judgement day: my years with Ayn Rand, The Power of Self-esteem, y* The six pillars of self-esteem*)*, donde se corrige y amplía. A continuación analizaremos algunos ejemplos de su evolución conceptual:

En 1969 define la autoestima como "ese sentido innato de autovalía que presumiblemente es nuestro derecho al nacer... es la experiencia de ser aptos para la vida... confianza en nuestra capacidad de pensar y afrontar los desafíos de la vida... confianza en nuestro derecho a ser felices..."[24]. Destaca una concepción de innatismo, y una afinidad con los conceptos Eriksonianos de la "confianza básica".

En esa época hace Branden un curioso análisis cuando contrapone la autoestima positiva con la baja autoestima: "la autoestima positiva busca objetivos exigentes que la estimulen y lograrlos la alimenta. La baja autoestima busca la seguridad de lo conocido y poco exigente; Limitarse a ello debilita la autoestima". Es decir que positivo es sinónimo

---

[22] Mestre, Guil, Carreras, yBrazat. "Cuando los constructos psicológicos escapan del método científico: el caso de la inteligencia emocional y sus implicaciones en la validación y evaluación". Revista electrónica de Motivación y Emoción. Vol. 3 Num. 4. 2003.

[23] Branden Nathaniel. El Poder de la Autoestima. Paidós. México. 1ª edición, 1993. P.17.

[24] Branden, Op. Cit. P. 36

de alta autoestima y baja autoestima es sinónimo de negativa[25]. Para mayor abundamiento, describe una autoestima intermedia: “Los individuos que la poseen de un nivel medio lo son por aquellos con autoestima media”[26].

También considera que la autoestima es variable a lo largo de la vida: “habrá fluctuaciones inevitables en los niveles de autoestima, así como las hay en todos los estados psicológicos”[27].

Por otro lado, considera que “la autoestima corresponde a aquello que depende única y exclusivamente de nuestra elección volitiva”[28], es decir que toda persona con autoestima baja, negativa o mala es culpable porque así lo eligió (aunque quizá no sea consciente de su elección).

Finalmente, considera que no puede haber un exceso de autoestima: “¿Es posible tener demasiada autoestima? No, no lo es”, y más bien considera que existe una pseudoautoestima, que “es la ilusión de la autoeficacia y autodignidad sin la realidad”[29]. La pseudoautoestima es una aportación adicional al concepto de autoestima. Pero negar que existe un exceso de autoestima, así como pensar que toda autoestima buena o mala depende única y exclusivamente de la elección voluntaria, es desconocer uno los avances científicos que ya en 1914 el Dr. Babinski definió como Anosognosia, y que se refiere a una alteración neurológica no aparente para el común de la gente, y que hace que las personas que la padecen presenten una apreciación (autoestima) no realista de sus capacidades debido a su incapacidad involuntaria para darse cuenta y reconocer a nivel cognitivo aspectos de su realidad que no corresponden con su apreciación, por lo que ante los demás luce como pseudoautoestima (autoestima falsa) o como autoestima excesiva.

18 años después, de su primer libro, Branden editó otro de sus libros llamado *How to Raise your Self-Esteem*, y en él vemos algunos cambios conceptuales, pero aún tendría algunos conceptos para mejorar. Un ejemplo de esto último es su afirmación: “Fuera de los problemas de origen biológico, no conozco una sola dificultad psicológica... que no sea atribuible a una autoestima deficiente”[30]. Nuevamente esto refleja un desconocimiento de las bases biológicas de los trastornos psicológicos y neuropsicológicos como las causas de la depresión y la anosognosia antes mencionadas.

Más adelante, en este libro Branden explica su estrategia terapéutica para la autoestima. Para ello, desarrolló un concepto llamado el “sí-mismo-niño”, al cual define así: “Todos nosotros hemos sido niños una vez y, aunque quizá no nos demos cuenta, llevamos ese niño dentro de nosotros, como un aspecto del sujeto que somos. A veces nos trasladamos al estado de conciencia del niño que fuimos, y respondemos a situaciones de nuestra vida adulta como si, para los fines prácticos, fuéramos ese niño”[31]. El “sí-mismo-

[25] Branden, Op. Cit. P. 41.
[26] Branden. Op. Cit. P. 42.
[27] Branden. Op. Cit. P. 45.
[28] Branden, Op. Cit. p. 60.
[29] Branden. Op. Cit. Pp. 61 y 70.
[30] Branden Nathaniel. Cómo mejorar su Autoestima. Paidós. México. 1989. P. 10.
[31] Branden, Op. Cit. P. 21.

adulto", el "sí-mismo-". La estrategia principal es el "completamiento de oraciones", cuya metodología consiste en presentar al paciente oraciones incompletas para que éste las complete con lo primero que le venga en mente. Branden ejemplifica la eficacia de la terapia en un paciente:

> "Mediante la imaginación y el fantaseo dirigido, Carlos retrocedió en el tiempo para rescatar a su si-mismo niño, disipar su dolor y darle un consuelo, un apoyo y una firmeza que no había conocido nunca. Al hacerlo así empezó a 'perdonar' a ese niño, a 'perdonar' a su sí-mismo niño... A medida que Carlos fue absorbiendo e integrando esta perspectiva, su autoestima comenzó a amentar"[32].

Es evidente que la metodología tiene similitud con la terapia psicoanalítica que recurre a la anamnesia regresiva a estadíos infantiles para liberar las catexias libidinales mediante una re-edición de las experiencias traumáticas; metodología que cada vez más tiende a desaparecer por falta de eficacia[33]. Por otro lado, el sí-mismo no es otra cosa que el yo psicoanalítico.

En 1995 Branden edita en español su obra más reciente que en su versión original fue llamada "The six pillars of self-esteem", libro que describe como "siento que este libro es la cumbre de todos los trabajos que le han precedido"[34]. En este libro confirma: "aparte de las alteraciones de raíz biológica, no puedo pensar en un solo problema psicológico – desde la ansiedad y la depresión, al bajo rendimiento en la escuela o en el trabajo, el temor a la intimidad, la felicidad o el éxito, al abuso de alcohol o drogas, a los malos tratos conyugales o a los abusos a niños, a la co-dependencia y a los trastornos sexuales, a la pasividad y a la falta crónica de propósito, al suicidio y a los delitos violentos – que no pueda remontarse, al menos en parte, al problema de una autoestima defectuosa"[35]. Es decir, que Branden sigue desconociendo las alteraciones neurológicas que dan origen a muchos de los trastornos que cita, como son las alteraciones en la actividad eléctrica cerebral que por sí mismas pueden causar todas las alteraciones que menciona, por no mencionar otros trastornos. En la página 37 del mismo libro confirma también que no es posible tener demasiada autoestima, descartando alteraciones como la anosognosia antes mencionada.

Una aportación nueva es su afirmación de que la autoestima "no requiere ni nuestra comprensión ni nuestro consentimiento. Funciona a su manera en nuestro interior con o sin nuestro conocimiento"[36].

Otra aportación de Branden en este libro, es un nuevo intento de definición de la autoestima: "la autoestima es la disposición a considerarnos competentes para hacer frente a los desafíos básicos de la vida y sentirse merecedor de la felicidad"[37].

---

[32] Branden. Idem.
[33] Guimón; D. Goerg; E. Zbinden; W. Fischer. "La vigencia del psicoanálisis entre los psiquiatras". Avances en salud mental relacional. Marzo 2003;2(1)
[34] Branden Nathaniel. Los Seis Pilares de la Autoestima. Paidós, México, 1995.
[35] Branden, Op. Cit. P. 15.
[36] Branden, Op. Cit. P. 21.

Sin embargo, expresa una afirmación contradictoria con sus propias afirmaciones previas, cuando dice que "los primeros pasos para construir una autoestima pueden ser difíciles: nos desafía a elevar el nivel de nuestra consciencia (sic) ante una resistencia emocional" [38]. La primera contradicción estriba en que antes afirmó que la autoestima es innata, y la segunda en que antes afirmó que no se requiere la intervención de la conciencia para la autoestima". Por otro lado, es interesante que Branden ubica a la autoestima dentro de los valores humanos "los valores, por su misma naturaleza son objeto de una acción. Y esto también puede decirse respecto al valor de la autoestima"[39]. De acuerdo con la axiología (disciplina que estudia los valores), los valores son deseables, asequibles, dependen de la voluntad, y por tanto no son innatos.

Respecto a la estrategia terapéutica reafirma que la metodología básica consiste en los ejercicios de completamiento de frases, y en su libro proporciona un programa terapéutico de 13 semanas consistente en 13 listas de oraciones incompletas. Además cita seis prácticas a las cuales denomina "los seis pilares de la autoestima", de tal manera que con solo practicarlas la autoestima logrará sus óptimas condiciones. Estas 6 prácticas son: La práctica de vivir conscientemente, la práctica de aceptarse a sí mismo, la práctica de asumir la responsabilidad de sí mismo, la práctica de la autoafirmación, la práctica de vivir con un propósito, y la práctica de la integridad personal[40].

Se debe dar crédito a Branden por uno de los primeros intentos de cuantificación operacional de la autoestima, aunque el intento es apenas un esbozo: "si se conciben los grados de autoestima dispuestos en una escala del 1 al 10, en la que el 10 representa una autoestima óptima y el 1 una autoestima casi más baja de las imaginables..."[41]. El comentario apunta, en nuestra opinión, a la manifiesta necesidad de operacionalizar los términos.

Finalmente, en la redefinición de su terapia, Branden habla ahora de las "subpersonalidades" que forman parte de todo individuo, y la necesidad terapéutica de integrarlas. Estas subpersonalidades surgen en la misma línea que detectamos en su obra previamente comentada (Cómo mejorar su autoestima), pues ahora añade al sí-mismo-niño antes citado, las siguientes subpersonalidades[42]:

- El yo niño
- El yo adolescente
- El yo del sexo opuesto
- El yo madre que lleva dentro todo hombre y toda mujer.
- El yo padre que lleva dentro todo hombre y toda mujer.
- El yo interior
- El yo exterior

---

[37] Branden Nathaniel. Los Seis Pilares de la Autoestima. Paidós, México, 1995. P. 46.
[38] Branden. OP. Cit. Pp. 69-81.
[39] Branden. Idem.
[40] Branden. Op. Cit. Pp. 84-
[41] Branden Nathaniel. Los Seis Pilares de la Autoestima. Paidós, México, 1995. P. 280.
[42] Branden. Op. Cit. P. 291-297.

Branden da crédito a su esposa por haber “identificado dos subpersonalidades que nos han resultado de provecho en la práctica profesional... se trata del yo exterior y del yo interior[43]. Se entiende que esos conceptos son buenos para su negocio terapéutico. Sin embargo, no aporta evidencias empíricas de la existencia de esa cohorte de personalidades múltiples.

TEORÍAS DE LA PERSONALIDAD. Dos son los autores de las teorías de la personalidad que branden reporta haber estudiado:

- FREUD. Branden analiza los aportes teóricos del psicoanálisis para la autoestima, y concluye que la aportación de Freud, fundador de la corriente para el estudio de la autoestima no es “ni persuasiva ni iluminadora”[44].

- ADLER. Branden también desaprueba el punto de partida del psicoanalista Adler: “Adler sugirió que todos experimentamos desde el comienzo sentimientos de inferioridad porque, venimos al mundo con alguna desventaja física o ‘inferioridad orgánica’. La crítica de Branden es apropiada, pues no es aceptable afirmar que todos nacemos con autoestima baja[45].

ALBERT ELLIS

Ellis nació en Estados Unidos en 1913[46]. Tuvo una infancia difícil. Sus padres se divorciaron cuando él tenía 12 años. Estudió Administración de Empresas en la City University of New York. Trabajaba en una empresa, pero en su tiempo libre escribía historias cortas, obras teatrales, novelas, poesía cómica, ensayos y libros de no-ficción. Cuando encontró dificultades para publicar algunos de sus libros, decidió dedicarse a promover lo que él llamaría la “revolución sexual-familiar”.

SU OBRA:

A medida que Ellis recolectaba material para un tratado sobre sexualidad, muchas personas le pidieron consejos, y así Ellis descubrió que le gustaba la asesoría. Como consecuencia se metió a estudiar psicología clínica en la Universidad de Columbia, y luego una maestría y un doctorado en la materia. En su práctica clínica optó inicialmente por el psicoanálisis, pero pronto se decepcionó y comenzó a adoptar un papel terapéutico más directivo, centrado en la confrontación de las creencias irracionales de las personas, y persuadiéndolas para que adoptaran ideas racionales, creando así una forma de terapia que se llamó “Terapia Racional-Emotiva”. Publicó varios libros y formó un “Instituto para una Vida Racional”, donde impartía cursos de formación para otros terapeutas. Actualmente es el Presidente del Instituto de Terapia Racional-Emotiva de Nueva York, el cual ofrece un programa de entrenamiento completo.

---

[43] Branden. Idem.
[44] Branden Nathaniel. El Poder de la Autoestima. Paidós. México. 1ª edición en Español, 1993. P. 18.
[45] Branden, Ídem.
[46] Dicaprio, n. s. Teorías de la personalidad. Interamericana. México. 1985. Pp. 480-531.

La Terapia Racional Emotiva postula que los problemas de las personas se deben a las creencias o ideas irracionales que provocan sentimientos de infelicidad, lo cual trae como consecuencia emociones negativas y síntomas neuróticos.

Ellis observa que la mayoría de las teorías terapéuticas y de la personalidad hacen mucho hincapié en la autoestima y conceptos similares. Ellis cree que la autoevaluación que hacen las personas de sí mismos conduce a la depresión, y a la creación de resistencia al cambio favorable.

Desde la perspectiva de la Terapia Racional Emotiva, las fallas en la autoestima se derivan de una autoevaluación severa que lleva a las personas a desarrollar creencias irracionales y sentimientos de infelicidad.

Muchos de los autores mencionados han sido englobados alguna vez en las teorías de la personalidad de corte "humanista", especialmente porque la autoestima es un concepto que se inscribe en los aspectos humanísticos. Es por ello que nos consideramos obligadas a hacer por lo menos una revisión resumida de los principales teóricos humanistas de la personalidad, como marco de referencia para nuestro estudio. Ese será el tema del siguiente capítulo.

CAPÍTULO II

2.1 LA PERSONALIDAD

La palabra personalidad proviene del significado latino de máscara, y su acepción actual es la de una imagen con la cual nos presentamos ante el mundo externo. Más específicamente, es el conjunto de rasgos que caracterizan a las personas. Su estructura de origina en la herencia genética, y luego se estructura con base en las respuestas neuroquímicas ante la emoción que provocan los sucesos, y la cultura, generando actitudes que luego pasan a formar parte de la estructura. La estructura de personalidad proporciona a los sujetos, un patrón de respuesta ante los sucesos de la vida, y como ya dijimos, se consolida en la adolescencia.

Los principales teóricos de la personalidad, cuyas teorías nos dan el marco de referencia para conceptualizar la autoestima, son los siguientes. Cabe aclarar que muchos de estos teóricos nunca abordaron de manera específica el tema de la autoestima, pues éste es un concepto que con ese nombre, apenas toma auge a partir de 1969-1970, sin embargo sus teorías de la personalidad son un punto de partida que preparó el terreno para el surgimiento del tema:

ALFRED ADLER

Nació en 1870 (murió en 1937), en Viena[47]. De niño padeció raquitismo, lo que le impidió caminar hasta los cuatro años. A los cinco estuvo a punto de morir de neumonía. Era un niño popular, activo y extravertido. Estudió medicina en Viena, pero durante sus estudios se unió a un grupo de estudiantes socialistas, donde conoció a la que sería su esposa, una mujer activista de origen Ruso.

Empezó su ejercicio profesional en un suburbio de Viena, por lo que sus clientes incluían gente de bajo estrato social, lo cual probablemente le llevó a reflexionar sobre las inferioridades orgánicas de los seres humanos, y los mecanismos de compensación. Posteriormente se inclinó hacia la psiquiatría y en 1907 se unió al grupo de discusión de Freud. Después de escribir varios artículos sobre la inferioridad orgánica, escribió en un artículo que las nociones sexuales de Freud debían tomarse de forma más metafórica que literal, lo que le creó un desacuerdo con Freud.

SU OBRA:

Alfred Adler postula una única “pulsión” o fuerza motivacional detrás de todos nuestros comportamientos y experiencias, llamada “afán de perfeccionismo”, “afán de superación” “afán de superioridad” o simplemente “compensación”, que se manifiesta como el deseo de desarrollar al máximo nuestros potenciales.

Un segundo concepto en importancia en la teoría de Adler, es la idea del interés social, como un sentido de cuidado por el otro, por la familia, por la comunidad, por la

---

[47] Fadiman James y Robert Frager. Teorías de la personalidad. Harla. México. 1989. Pp. 93-116.

sociedad, por la humanidad, incluso por la misma vida.. Adler creía que esta preocupación está basada en una disposición innata, pero recibe la influencia de la cultura. Para Adler la verdadera definición de enfermedad, radica en la falta de cuidado social.

Adler considera que si nos sentimos competentes, nos podemos permitir pensar en los demás. Pero si la vida nos está quitando lo mejor de nosotros, entonces nuestra atención se vuelve cada vez más focalizada hacia nosotros mismos, nos saturamos de "inferioridad". Muchas personas responden a las inferioridades con una compensación a tal grado que se sobreponen a sus deficiencias, a grado tal que un órgano físico que origina una deficiencia física, puede fortalecerse e incluso volverse más fuerte que los otros; o bien otros órganos pueden sobre-desarrollarse para asumir la función del inferior; o bien la persona puede compensar psicológicamente el problema orgánico desarrollando ciertas destrezas.

Sin embargo, si la persona se siente abrumada por las fuerzas de la inferioridad, puede desarrollar un complejo de inferioridad. El complejo de inferioridad es una neurosis. Otras personas responden a la inferioridad creando un complejo de superioridad, a través de pretender ser superior y hacer que todos los demás se sientan más débiles que ellos.

Para la teoría de Adler, la autoestima sería una forma de neurosis generada por una falta de cuidado social en el niño, que provoca una respuesta inadaptada ante sus percepciones de inferioridad.

GORDON ALLPORT

Gordon Allport nació en EE.UU. en 1897[48]. A los 22 años de edad viajó a Viena. Para conocer a Freud. Se graduó en psicología en Harvard. Desarrolló su teoría, y creó tests de personalidad. Murió en 1967.

SU OBRA:

Allport llama "funcionamiento oportunista" a la tendencia humana a satisfacer necesidades biológicas de supervivencia. Otro concepto acuñado por él es el "funcionamiento propio", al que también llamó "Self", y se constituye con la mayoría de los comportamientos de una persona. En otras palabras, la mayoría de las cosas que una persona hace es la manifestación de lo que la persona es.

El Self se siente. Está compuesto por la experiencia que percibimos como esenciales, deseables, y centrales. El Self tiene 7 funciones:

1. Sensación corporal
2. Auto Identidad
3. Autoestima
4. Extensión de uno mismo
5. Autoimagen
6. Adaptación racional

[48] Dicaprio, n. s. Teorías de la personalidad. Interamericana. México. 1985. Pp. 282-317.

7. Esfuerzo o lucha propia

La Sensación corporal (del propio cuerpo), se desarrolla en los primeros dos años de vida, al igual que la auto-identidad. La Autoestima se desarrolla entre los 2 y los 4 años. La Extensión de uno mismo se desenvuelve entre los 4 y 6 años. Consiste en que al considerar una cosa como suya, la persona siente como si la cosa es una extensión de su self. La Auto imagen también se desarrolla entre los 4 y 6 años. La Adaptación racional se aprende entre los 6 y los 12 años, y es la habilidad para abordar los problemas de la vida de manera racional. El Esfuerzo o Lucha propia se inicia a partir de los doce años, y es la manifestación del self mediante planes, objetivos, metas. De acuerdo con Allport, cuando la persona domina las funciones incluyendo la lucha propia, entonces adquiere la capacidad para llamarse propietario y operador de su propia vida.

La autoestima, de acuerdo con la teoría de Allport se desarrolla entre los dos y los cuatro años. Se define como la consideración y aprecio que la persona tiene de sí misma (de su self), y se ve modificada dependiendo de lo racional o irracional de las conductas adaptativas o desadaptativas del sujeto, dando como resultado una autoestima baja o una autoestima alta. El esfuerzo o lucha propia puede ser aplicado a modificar una auto-estima baja, para convertirla en una autoestima alta.

ALBERT BANDURA

Bandura nació el 4 de diciembre de 1925 en Canadá[49]. Estudió Psicología en la Universidad de Columbia Británica. Se casó y tuvo dos hijas. Enseñó en la Universidad de Stanford. Fue Presidente de la Asociación Psiquiátrica Americana, y recibió el premio a las Contribuciones Científicas Distinguidas en 1980. Vive actualmente y trabaja en la Universidad de Stanford.

Se considera a Bandura como creador de una corriente psicológica llamada "Cognitivo-Conductual", pues tiene como punto de partida el conductismo, con énfasis en la investigación experimental para estudiar variables observables. Sin embargo, también considera que el ambiente social modifica el comportamiento en la misma medida en que el comportamiento modifica al ambiente, concepto al que llamó "determinismo recíproco". Luego desarrolló una teoría de la personalidad considerando a ésta como el producto de la interacción entre el ambiente, el comportamiento y los procesos cognitivos de la persona.

Una de las grandes aportaciones de Bandura es el llamado "aprendizaje vicario" o aprendizaje por observación y modelado, por lo que su teoría también se conoce como la teoría del aprendizaje social. Pero habiendo partido del conductismo, considera que el aprendizaje social puede mejorarse mediante el reforzamiento y el castigo, de acuerdo con los siguientes criterios:

1. Refuerzo pasado (que se recuerda y forma condicionamiento).
2. Refuerzo prometido, (incentivos que el aprendiz pueda imaginar).

---

[49] Dicaprio, n. s. Teorías de la personalidad. Interamericana. México. 1985. Pp. 480-531.

3. Refuerzo vicario, cuando el aprendiz ve cómo se premia a otro que realiza la conducta esperada.
4. Castigo pasado.
5. Castigo prometido (amenazas)
6. Castigo vicario o percibido en otro.

Bandura sugiere que la autorregulación es una forma madura de aprendizaje, la cual se da en tres pasos:

1- Auto-observación.
2- Juicio, mediante el cual la persona compara sus conductas reales con un patrón establecido (reglas y normas), o auto-impuestas (objetivos, metas).
3- Auto-reforzamiento. Una vez que ve que su conducta corresponde a la del patrón, la personal se recompensa a sí misma. Si la conducta no corresponde, se auto-castiga.

De acuerdo con esta teoría, la autoestima, es la autorregulación del auto-concepto, el cual se va formando a lo largo de los años como consecuencia de la auto-percepción de la persona, la cual se premia o se castiga utilizando como reforzador el lenguaje interno. Un auto-concepto agradable con auto-alabanzas por el desempeño genera una autoestima alta. Por el contrario, cuando la persona se autocastiga por su desempeño, genera un auto-concepto bajo, o autoestima baja.

ERIK ERIKSON

Nació en Frankfurt, Alemania el 15 de junio de 1902[50]. Al finalizar la secundaria, Erik decidió ser artista y llevaba una vida bohemia hasta los 25 años de edad en que, un amigo suyo, artista y más tarde psicoanalista, Peter Blos le sugirió que buscara trabajo como maestro en una escuela para estudiantes americanos dirigida por Dorothy Burlingham, amiga de Anna Freud. Fue psicoanalizado por la misma Anna Freud. Se casó con una profesora de danza teatral, con la que procreó tres hijos. Murió en 1994.

En el momento en que los nazis asumieron el poder de Alemania, se fue a radicar a Boston. Trabajó en la Escuela de Medicina de Harvard y practicó psicoanálisis infantil. Después enseñó en Yale y luego en la Universidad de California en Berkeley, obteniendo su ciudadanía americana. En 1950 escribió "Childhood and Society", libro que contiene una discusión de la personalidad basada en su versión sobre la teoría freudiana. Una de sus obras sobre la personalidad "La Verdad de Ghandi", le valió el premio Pulitzer.

SU OBRA:

Erikson postuló la existencia de ocho fases de desarrollo a lo largo de la vida El desarollo es un proceso evolutivo que se funda en una secuencia de hechos biológicos, psicológicos y sociales. Un individuo pasa a la fase siguiente tan pronto como está preparado biológica, psicológica y socialmente y cuando su preparación individual coincide con la preparación social. Hay tres variables esenciales; primero, las leyes internas del desarrollo que son irreversibles; segundo, las influencias culturales, que

---

[50] Cueli José. Teorías de la personalidad. Trillas, México. 1985. Pp. 113-135.

favorecen ciertos aspectos; y tercero, la reacción idiosincrásica de cada individuo en respuesta a los reclamos de su sociedad.

FASE 1, desde nacimiento hasta 1 año de edad. Se caracteriza por el desarrollo de la confianza o desconfianza básicas. La confianza básica es una experiencia mínima del temor a la incertidumbre, que ayuda al individuo a crecer psicológicamente y a aprender a confiar aún en su propia desconfianza.

FASE II (2 a 3 años). Desarrolla el sentido de autonomía contra el de duda y vergüenza. A medida que aumenta la confianza del infante en su madre, en su medio y en su modo de vida, comienza a descubrir que la conducta que desarrolla es la suya propia. Afirma un sentido de la autonomía. Sin embargo, su dependencia crea al mismo tiempo un sentido de la duda respeto de su autonomía. Esta duda se acentúa a causa de cierta vergüenza por la rebelión dependencia anterior. El juego asume particular importancia durante esta fase y ofrece al niño un refugio seguro que le permite desarrollar su autonomía

FASE III (3 a 6 años). El sentido de la iniciativa se desarrolla a expensas del sentido de culpa. El medio social infantil incita al niño a dominar tareas específicas. El juego que es el más natural agente autoterapéutico, asumiendo donde expresa jugando, los conflictos y su resolución. Erikson sugiere que la capacidad potencial de trabajo y de éxito material del individuo en el marco económico de su sociedad depende del domino que llegue a tener en esta fase de desarrollo.

FASE IV (7 a 12 años). El sentido de la industria contra el sentimiento de inferioridad. La tarea de esta fase es la determinación del niño por dominar las tareas que afronta. Al jugar el niño se apoya en el aspecto social e incorpora situaciones de la vida real. Hacia el final de esta fase el individuo abandona lentamente sus hábitos anteriores. Los adolescentes tienden a seguir un curso medio entre el juego y el trabajo, entre la niñez y la adultez. El niño ve a sus progenitores como representantes de la sociedad en la que debe actuar. Empieza ahora a compararlos con otros representantes. Los padres son necesarios en relación con la autoestima y sirven como criterios para medir el éxito o el fracaso del varón y la niña.

FASE V (12 a 19 años). Desarrollo del sentido de identidad. El sentido de la fidelidad trae consigo una superación de los problemas de la niñez y una disposición para afrontar los problemas. En la adolescencia, el yo realiza una síntesis gradual del pasado y el futuro. Dicha síntesis es el problema esencial de esta fase.

FASE VI (20 a 27 años). Surge el sentido de la intimidad que elimina el sentido de aislamiento. El joven comienza la vida como miembro integral de la sociedad. El logro de la adultez psicológica implica la intimidad social con el otro sexo a fin de elegir un compañero para matrimonio.

FASE VII (28 a 50 años). Se desarrolla el sentido de generabilidad, que consiste en la un nuevo ciclo de desarrollo compartiendo cuidados para el desarrollo satisfactorio de la nueva generación de su familia.

FASE VIII (de los 50 en adelante). El sentido de la integridad debe triunfar sobre la desesperación. A medida que el adulto procrea y asegura el desarrollo de la nueva generación, adquiere una perspectiva más cabal de su propio ciclo; desarrollando un sentido de la integridad como solución al sentimiento de desesperación y disgusto ante la vida; y el temor a la muerte sin haberse realizado.

La autoestima, a la luz de la teoría de Erikson, surgiría por el fracaso en alguna de las tareas correspondiente a alguna de las fases del desarrollo.

HANS EYSENCK

Eysenck nació en Alemania el 4 de marzo de 1916[51]. Sus padres se divorciaron cuando él solo tenía dos años, por lo que fue criado por su abuela. Abandonó el hogar cuando tenía 18 años. Estudió psicología en Inglaterra y se definió como conductista. Sus investigaciones, basadas en el método científico del rigor positivista, analizó críticamente la eficacia de las teorías psicológicas, entre ellas el psicoanálisis, y sus conclusiones le crearon muchos antagonismos con los seguidores de estas corrientes teóricas. Fungió como director del departamento de psicología del Instituto de Psiquiatría, asociado al Bethlehem Royal Hospital. Eysenck. Ha escrito 75 libros y unos 700 artículos, hasta su muerte el 4 de septiembre de 1997.

SU OBRA:

Aunque Eysenck es un conductista que considera a los hábitos aprendidos, considera que las diferencias de personalidad entre las personas, surgen de la herencia genética. Se dedicó a la investigación empleando una técnica estadística llamada análisis factorial. Eysenck postuló que existen dos dimensiones principales de temperamento: neuroticismo y extraversión-introversión.

Eysenck postuló que algunas personas se mantienen muy calmadas ante situaciones emergentes, en tanto que otras viven emociones intensas desagradables por las mismas situaciones, lo que les hace candidatos a sufrir trastornos neuróticos. Propone que el neuroticismo es una tendencia, que algunas personas tienen, a sufrir trastornos "nerviosos" que se engloban en el concepto de "neurosis". Las personas con neuroticismo alto responden exageradamente a los estímulos amenazantes. Los introvertidos aprenden a evitar las situaciones (fobias), o desarrollan estrategias de control del miedo (rituales obsesivo-compulsivos). Los extravertidos niegan la existencia de lo que les afecta (negación).

Eysenck creó una escala de neuroticismo, convencido de que todas las personas alcanzan algún puntaje en esta escala, y eso indica el temperamento de la persona. Consideraba el temperamento como una dimensión genética y biológica de la personalidad.

Enfocando la autoestima desde la teoría de Eysenck, diríamos que una baja autoestima es el resultado de una respuesta neuroticista de la persona, ante circunstancias

---

[51] Cueli José. Teorías de la personalidad. Trillas, México. 1985. Pp. 300-308.

de su vida, que dependiendo de su temperamento introvertido o extrovertido, algunas veces le llevan a conductas disruptivas, o a conductas de evitación, que luego son interpretadas como causadas por una autoestima disfuncional.

SIGMUND FREUD

Nació el 6 de mayo de 1856 en Freiberg[52]. Cuando tenía 5 años, su familia se trasladó a Viena. Fue un niño brillante en la escuela, estudió medicina y se inició en la disciplina de la investigación bajo la dirección de su profesor de fisiología Ernst Brücke. Pasó muchos años intentando encontrar las bases neurobiológicas de la personalidad, pero luego abandonó la tarea. Logró una beca de estudios con el psiquiatra Charcot en París y posteriormente en Nancy Bernheim, quienes estaban investigando el uso de la hipnosis en pacientes histéricos. Después volvió a Viena y se casó con Martha Bernays. Abrió su consulta de neuropsiquiatría, al mismo tiempo que dictaba conferencias y escribía libros. Las conferencias y obras de Freud le llevaron a rodearse de seguidores que más tarde darían cuerpo al movimiento psicoanalítico. Emigró a Inglaterra al inicio de la Segunda Guerra Mundial, donde murió de cáncer maxilar.

SU OBRA:

El aparato psíquico (similar a la estructura de personalidad), se divide en ello, yo y superyó. El Ello es la instancia más antigua, y se origina en las necesidades elementales y los impulsos primarios que exigen satisfacción inmediata y desconsiderada. El superyó son las ideas valorativas, morales y éticas de la sociedad y de los padres que se han introyectado en forma de conciencia moral que vigila y castiga. El yo busca producir una síntesis entre las otras dos instancias, para mantener el vinculo con la realidad.

Las pulsiones son fuerzas supuestas tras las tensiones de necesidad del ello. Hay dos básicas; Eros (pulsión de auto conservación que corporiza el principio del placer y la reproducción) y Thánatos (pulsión de destrucción y muerte). La energía en la base de Eros se llama libido. El desarrollo libidinal se da por etapas en las que diferentes órganos y partes del cuerpo adquieren el carácter de zonas erógenas al entrar en escena. La fase oral se da en el primer año de vida y su zona erógena es la boca. Se distingue una fase oral temprana (mamar) y una sádica (morder). La fase anal va del segundo al tercer año de vida y su zona erógena es el ano, y se asocia con la agresividad. La fase f álica se da del cuarto al sexto año y en esta etapa se da el complejo de edipo y el temor a la castración. En la etapa de latencia (de 7 a 12 años), no hay impulsos sexuales. En la etapa Genital (a partir de los 12, es decir de la adolescencia), vuelve a activarse la vida sexual y se dirige a un compañero del sexo opuesto ajeno a la familia.

Freud consideraba que los principales agentes de socialización del niño son sus padres, cuyos valores el niño va asimilando al tiempo que va desarrollando el superego (patrón de conductas paternales asimiladas), gracias a la identificación (vínculo emocional) que siente hacia sus padres.

---

[52] Bischof Ledford. Interpretación de las teorías de la personalidad. Trillas, México. 1987. Pp. 41-88.

De acuerdo con el psicoanálisis un problema de autoestima se debería a una experiencia traumática durante la infancia.

ERICH FROMM

Nació en Frankfurt, Alemania en 1900[53]. Se doctoró en Heidelberg y empezó su carrera como psicoterapeuta. Siendo miembro de la Sociedad Psicoanalítica de Viena, participó en la creación de un movimiento llamado freudo-marxismo, que pretendía encontrar muchas similitudes en ambas corrientes, y apoyar a la una con la otra. Durante la segunda guerra mundial se mudó a los EE.UU., y abandonó su visión psicoanalítica política. Debido a una enfermedad de su esposa, cambió su residencia a la ciudad de México donde realizó diversas investigaciones de campo, y modificó su postura hacia una visión humanista. Murió en Suiza en 1980.

SU OBRA:

Fromm propuso un psicoanálisis humanista que se basa en una visión dual de la personalidad humana: una orientación productiva y una orientación no productiva. La orientación no productiva está formada por las maneras desafortunadas de vivir. La orientación productiva se caracteriza por buscar soluciones razonables y biofílicas (amor a la vida), prefiriendo el ser pleno, en lugar del tener fomentado por una sociedad de consumo. Consideraba que los rasgos de conducta son expresiones de la personalidad, y que estos pueden ser productivos o no productivos.

De esta manera, la neurosis es como una forma de "religión irracional", a la que se llega por medio de prácticas conductuales no productivas de tipo ritualístico en la vida cotidiana. En otras palabras, para Fromm la neurosis es la incapacidad para resolver conflictos de valor, es decir referentes a las normas de conducta ética dentro de la sociedad. Si bien la tendencia a actuar dentro de la ética y los valores está en la naturaleza humana, cuando el individuo opta por conformarse a la forma de vida enajenada de la sociedad en que participa (prefiere tener que ser), termina actuando como si evitara la libertad en lugar de buscarla, y entonces sufre las consecuencias de su pérdida de libertad en forma de neurosis.

Con relación a la autoestima, la visión frommiana sugeriría que una autoestima deficiente es una forma de neurosis, consecuencia de elecciones vivenciales no productivas porque se apartan de los valores morales y éticos de la sociedad en que se desenvuelve.

KAREN HORNEY

Nació el 16 de septiembre de 1885[54]. A lo largo de su vida sufrió de múltiples depresiones. Sus padres se divorciaron. Cuando su madre murió, se sometió a un psicoanálisis. Cuando su hermano murió Karen entró en una gran depresión e intentó

---

[53] Dicaprio, n. s. Teorías de la personalidad. Interamericana. México. 1985. Pp. 398-434.
[54] Dicaprio, n. s. Teorías de la personalidad. Interamericana. México. 1985. Pp. 250-277.

suicidarse. Se casó con un estudiante de leyes llamado Oscar Horney. Tuvo tres hijas. Murió en 1952.

Horney entendía la neurosis como un intento de hacer la vida más llevadera. En su experiencia clínica, distinguió 10 patrones de necesidades neuróticas, basados sobre aquellas cosas que todos necesitamos, pero que se han vuelto distorsionadas por las dificultades de algunas personas. Estas necesidades son: necesidad de afecto y aprobación, necesidad de pareja; necesidad de restringir la vida a límites muy estrechos, necesidad de poder, necesidad de explotar a los demás, necesidad de reconocimiento o prestigio social, necesidad de admiración personal, necesidad de logro personal, necesidad de autosuficiencia e independencia, y necesidad de perfección e inexpugnabilidad.

Horney consideraba que la causa de las neurosis es la indiferencia paterna, que ella llamaba **“**la maldad básica**”** significando o una falta de afecto durante la infancia.

Horney observó que los niños responden con una “hostilidad básica” para protestar ante la injusticia. Algunos niños incluso desarrollan un estilo adaptativo agresivo. Otros niños solucionan el problema abandonando la lucha familiar y metiéndose en sí mismos.

De esta manera vemos que la autoestima deficiente sería una neurosis que lleva a la introversión a algunos niños, para esconderse a una problemática familiar, y en otros niños produce una respuesta agresiva.

CARL JUNG

Carl Gustav Jung nació el 26 de julio de 1875 en Suiza[55]. Su padre lo inició en el estudio de las lenguas, por lo que terminó sabiendo la mayoría de las lenguas modernas del occidente europeo y algunas lenguas antiguas como el sánscrito. Fue discípulo de Freud, cuyas teorías combinó con su conocimiento sobre mitología, religión y filosofía, en temas tales como el gnosticismo, la alquimia, la cábala y otras tradiciones del hinduismo y el budismo.

Durante su adolescencia Carl fue solitario, no le importaba mucho la escuela, por lo que comenzó a utilizar la enfermedad como excusa, y se desmayaba cuando se sentía sometido a mucha presión. Estudió medicina en la Universidad de Basel. Donde conoció al neurólogo Kraft-Ebing, bajo cuya influencia, estudió psiquiatría. Se casó en 1903. Dio clases en la Universidad de Zurich y daba consulta privada.

Conoció a Freud en 1907, y con el tiempo Freud consideró a Jung como su mano derecha en el psicoanálisis. A partir de la Segunda Guerra Mundial, Jung viajó a diversas comunidades de África, de América y de la India. Murió en 1961.

SU OBRA:

---

[55] Dicaprio, n. s. Teorías de la personalidad. Interamericana. México. 1985. Pp. 84-164.

La teoría de Jung divide la psique en tres partes: El yo, que se identifica con la mente consciente; El "inconsciente personal" que es todo lo que está presente en la mente, pero no tiene acceso a la conciencia; y el "inconsciente colectivo", como un banco de datos relacionados con la experiencia de la especie humana, que proporciona a cada individuo un conocimiento socialmente compartido que influye en nuestras emociones y conductas aunque no seamos plenamente conscientes de eso.

Jung desarrolló una tipología de la personalidad que diferencia entre introversión y extroversión. Según él, las personas introvertidas prefieren su mundo interno (pensamientos, sentimientos, fantasías, sueños, etc), mientras que las extrovertidas prefieren el mundo externo (personas, animales, cosas y las actividades). Desde esta perspectiva, Jung sugiere que existen cuatro maneras de abordar la realidad del mundo tanto interno como externo. La primera es a través de las sensaciones (percepción sensorial). La segunda es por medio del pensamiento (evaluación de la información de manera racional y lógica). La tercera es simplemente la intuición (percepción extra-sensorial, y extra-cognitiva). La cuarta es el sentimiento o percepción de la respuesta emocional. En principio todos poseemos estas funciones, y lo único que varía es las diferentes proporciones en que las utilizamos.

La teoría junguiana diría que la autoestima buena o mala dependería de la forma de reaccionar ante las circunstancias de la vida, a partir de la forma de ser introvertida o extrovertida de las personas, que forma parte de su constitución inconsciente personal, y por la influencia del inconsciente colectivo.

ABRAHAM MASLOW

Maslow nació en Estados Unidos en 1908[56]. Realizó estudios universitarios, de grado y de postgrado en la Universidad de Wisconsin. Trabajó como catedrático en el Departamento de Psicología de la Universidad de Brooklyn. Inicialmente se interesó en la investigación experimental sobre la conducta sexual en primates, pero luego cambió a la psicología social y de la personalidad. Fue presidente de la Asociación Psicológica Americana. Se le considera uno de los fundadores de la psicología humanista. Encontró insatisfactorio al psicoanálisis.

SU OBRA:

Maslow definió la neurosis y el desajuste psicológico como enfermedades por deficiencia de alguna necesidad, especialmente de la necesidad de autoactualización. Desarrolló una clasificación categorial de las necesidades con la siguiente jerarquía:

1- Necesidades fisiológicas (hambre, sueño, etc).
2- Necesidades de seguridad (estabilidad, orden)
3- Necesidades de amor y pertenencia (familia, amistad)
4- Necesidades de estimación (respeto por sí mismo, reconocimiento)
5- Necesidades de autoactualización.

---

[56] Fadiman James y Robert Frager. Teorías de la personalidad. Harla. México. 1989. Pp. 343-372.

De acuerdo con Maslow, las necesidades fisiológicas son dominantes y deben ser satisfechas antes de poder acceder a las que le sigue en jerarquía, y así sucesivamente.

Maslow definió la "autoactualización" como el empleo y la explotación total de los talentos, capacidades, y posibilidades. Consideraba que el hombre promedio es un ser con poderes y capacidades inhibidas. Las emociones positivas juegan un papel muy importante para lograr la autoactualización. Las características de las personas autoactualizantes son:

1- Mejor percepción de la realidad
2- Aceptación de sí mismo, de los demás y de la naturaleza
3- Espontaneidad, sencillez, naturalidad
4- Concentración en el problema, no-egocentrismo
5- Cualidad del desapego
6- Autonomía, independencia de la cultura y del medio
7- Sensación de aprecio permanente
8- Experiencias místicas culminantes
9- Empatía por los demás
10- Relaciones interpersonales más profundas
11- Estructura democrática del carácter
12- Discriminación entre medios y fines
13- Sentido del humor filosófico
14- Creatividad para la autoactualización
15- Resistencia a la aculturación

Definió 8 prácticas para realizar la autoactualización:

1- Experiencia total vivida con concentración total
2- Hacer de cada decisión una elección para el desarrollo.
3- Volverse real, existir efectivamente y no sólo en potencia
4- Honradez y responsabilidad por nuestras acciones.
5- Confiar en nuestros propios juicios e instintos
6- Continuo proceso de desarrollo de las potencialidades
7- Experiencias culminantes (sentirse plenos, íntegros).
8- Conocer las auto-defensas y desistir de ellas.

De lo anterior se desprende que la persona que tiene una autoestima baja es una persona que tiene capacidades autoactualizantes inhibidas. Una persona con autoestima alta es una persona autoactualizante, es decir que realiza las prácticas que le permiten liberar y desarrollar todas sus potencialidades.

CARL ROGERS

Nació el 8 de enero de 1902 en E.U.A[57]. Se graduó como psicólogo, y realizó, estudios de teología cristiana. Creó un sistema terapéutico llamado "Psicoterapia centrada en el Cliente".

SU OBRA:

De acuerdo con Rogers, uno de los obstáculos más poderosos en la vida es el aprendizaje de un concepto de sí mismo negativo o distorsionado sobre la base de experiencias de desaprobación o ambivalencia hacia el sujeto en etapas tempranas de su desarrollo. La presión del entorno (familia, la escuela, etc) puede hacer que el niño enfoque su conducta orientada a agradar, a llevarse bien, a alcanzar el éxito, de acuerdo con los criterios definidos por otros. El niño aprende que para ganarse la aprobación de los otros debe de actuar según criterios de los otros. Sin embargo, no puede evitar sentir en privado, consciente o inconscientemente, deseos o sentimientos que inhibe en publico.

El terapeuta parte de la idea de que el sujeto cuenta con una tendencia natural auto-actualizante, que esta bloqueado o distorsionado por determinados criterios de aceptación. La terapia trata de desbloquear dicho proceso mediante tres estrategias no-directivas: La Empatía (capacidad de apreciar y comunicar a su cliente la comprensión de los sentimientos), la Consideración positiva incondicional (brindar oportunidad al cliente para expresar sus sentimientos, de manera incondicional), y la Congruencia (la autenticidad del terapeuta para que el cliente este pueda mostrarse empático ha de ser congruente con los propios sentimientos de él mismo).

Con esas estrategias, la práctica terapéutica llamada "experiencing", consiste en facilitar al cliente la experimentación de sus sentimientos reprimidos, permite al cliente modificar un autoconcepto distorsionado. El psicoterapeuta trata de desarrollar mecanismos de cambio, mediante los cuales facilita que el sujeto experimente su subjetividad emocional como estrategia para la actualización de su autoconcepto.

En este contexto, es fácil ver que la autoestima no es otra cosa que un auto-concepto distorsionado, por haber sufrido experiencias de desaprobación o ambivalencia en etapas tempranas de su desarrollo.

FREDERICK B. SKINNER

Skinner nació el 20 de marzo de 1904 en EE.UU.[58]. Estudió psicología en Harvard, y se doctoró en 1931. Luego se dedicó a la investigación y a la cátedra. Se casó y tuvo dos hijas, la segunda de las cuales se crió en uno de los inventos de Skinner: una cuna rodeada de cristales y con aire acondicionado. En 1945 lo nombraron jefe del departamento de psicología en la Universidad de Indiana, y en 1948 fue invitado a volver a Harvard. Murió de leucemia en 1990.

SU OBRA:

---

[57] Fadiman James y Robert Frager. Teorías de la personalidad. Harla. México. 1989. Pp. 295-342.
[58] Fadiman James y Robert Frager. Teorías de la personalidad. Harla. México. 1989. Pp. 249-294.

Skinner creó una teoría que llegó a conocerse como “conductismo”, basado en el condicionamiento operante, lo cual significa que los organismos reciben un estímulo inmediatamente después de realizar una conducta determinada, y esto modifica la tendencia del organismo a repetir el comportamiento en el futuro. Al postular esta corriente, que el conductismo era la única teoría psicológica que sí había pasado “las pruebas” del método científico positivista, derivó en un antagonismo frontal con el psicoanálisis.

En buena parte el conductismo operante deriva de los trabajos llevados a cabo en el laboratorio de psicología del aprendizaje, muchos de ellos con animales. Los psicólogos del aprendizaje ven la conducta como un producto de la relación entre estímulo y la respuesta. Cuatro términos se utilizan generalmente: estímulo condicionado, estímulo incondicionado; respuesta incondicionada y respuesta condicionada. El Estímulo Incondicionado se define como cualquier estímulo que produzca una respuesta no aprendida; mientras que el Estímulo Condicionado se define como cualquier estímulo que en virtud de su presentación contigua al Estímulo Incondicionado, evoca posteriormente una respuesta condicionada que no era evocada por él al principio.

El proporcionar estímulos para modelar conductas se conoce como Teoría del Reforzamiento. Modelar una conducta, es un proceso de enseñanza-aprendizaje que consiste en "reforzar" sistemáticamente cada paso sucesivo que acerca al sujeto a la respuesta que deseamos. Reforzamiento es el estímulo que se da a un sujeto después de que éste realiza u omite una acción, a fin de que se dé cuenta de la conducta que de él se espera, y actúe en consecuencia. Existen cuatro medios para modelar el comportamiento: El reforzamiento positivo, el negativo, el castigo (o reforzamiento aversivo), y la extinción. Es reforzamiento positivo cuando la respuesta se premia con algo grato; es negativo cuando la respuesta se premia suprimiendo algo desagradable. El castigo es causar una condición molesta con objeto de terminar una conducta indeseable. Cuando se suprime el reforzamiento que esta conservando una conducta indeseable, se llama extinción.

El reforzamiento es más eficaz que el castigo, ya que el castigo tiene un efecto temporal y puede originar efectos secundarios negativos como el ausentismo, rotación de personal o reducción del espíritu de equipo. Existen dos tipos básicos de programas de reforzamiento; el continuo (cuando se refuerza la conducta deseada cada vez que se lleva a cabo), y el intermitente (cuando no siempre se premia, pero sí con suficiente frecuencia para que valga la pena repetir el comportamiento). El reforzamiento intermitente tiende a crear mayor resistencia a la extinción.

El reforzamiento intermitente puede ser de dos tipos; de razón, cuando el comportamiento se refuerza después de un numero determinado de respuestas, y de intervalo cuando se refuerza al individuo después de un determinado lapso de tiempo. Además el reforzamiento puede ser clasificado como:

a) De razón fija, cuando se refuerza después de un número constante o fijo de respuestas, por ejemplo cuando se le paga a 5 pesos la decena (cantidad fija) de piezas.

b) De intervalo fijo, cuando se refuerza cada período determinado y fijo, por ejemplo el pago quincenal del personal de oficinas.
c) De razón variable, cuando se premia un resultado sin importar cuantos intentos hizo para lograrlo. Ejemplo, cuando se paga una comisión al vendedor por una venta, no importando cuantas visitas tuvo que realizar para tal fin.
d) de intervalo variable, cuando los premios se otorgan a veces sí y a veces no, de tal forma que son imprevisibles, después de ciertos intervalos de tiempo.

En general, los programas de reforzamiento variables tienden a favorecer el desempeño mejor que los fijos, a condición de que los premios sean alcanzables (mínimo 50% de probabilidad), que la razón o intervalo sean suficientemente cortos, y que se haya hecho un modelamiento que permita al sujeto saber de antemano que será premiado, y que hay equidad en los criterios de premiación.

La autoestima vista desde el conductismo operante, podría ser positiva o negativa dependiendo de si lleva a comportamientos funcionales o disfuncionales en el medio en que la persona se desenvuelve. En ambos casos la autoestima se habría desarrollado como respuesta a un programa de condicionamiento operante que la persona vive. El hecho de que nadie haya decidido deliberadamente aplicar un programa de condicionamiento operante para esa persona, no implica que no haya un condicionamiento, pues afirma Skinner que la libertad absoluta no existe, y cuando no hay quien elabore y aplique el programa, entonces el sujeto queda expuesto al programa azaroso de refuerzo que las circunstancias no controladas proporcionan.

En el próximo capítulo haremos una revisión de la etapa del desarrollo adolescente, con objeto de sentar las bases de los cambios de personalidad en los jóvenes y analizar las características generales de la autoestima adolescente.

CAPÍTULO III

3.1 LA ADOLESCENCIA

La Adolescencia es una etapa del desarrollo humano, que eslabona como período de transición, la niñez por un lado, y la adultez por el otro. La adolescencia empieza justamente con los cambios fisiológicos de la pubertad, sin embargo, a lo largo de la historia y a lo ancho de la geografía, existen algunas variaciones en cuanto a la fecha de inicio y al período exacto que abarca.

En cuanto a la fecha de inicio, sabemos que a lo largo del tiempo ha venido ocurriendo una presentación de la pubertad a una edad cada vez más temprana, fenómeno al que se ha llamado "tendencia secular" (tendencia a un cambio cada siglo), y que significa que los niños de ahora tienden a llegar a la pubertad más rápidamente de lo que ocurría hace 100 o 50 años. Por ejemplo se ha ido acortando la edad para la primera menstruación (de más de 17 años en 1830 a menos de 13 años en 1960, y a entre 10 y 11 años en 1990)[59]. Los factores principales que influyen en la tendencia secular son: una mejor la dieta, cambios en el clima y el llamado "vigor híbrido".

La teoría del Vigor híbrido sostiene que conforme se vuelven más accesibles los medios de comunicación entre poblaciones distantes, las personas tienden a elegir pareja y engendrar hijos con compañeros de comunidades más distantes, provocando que los mecanismos de la herencia influyan en la época de inicio de la menstruación. Los datos parecen indicar que la tendencia secular y el vigor híbrido extienden su influencia no solo a las características físicas sino también a las esferas sociológicas y psicológicas. Y una de esas influencias en el área socio-psicológica es la que establece las diferencias en cuanto a la fecha que, según la gente cree, abarca la adolescencia.

En México, hace años se consideraba que el joven se convertía en adulto a los 21 años, pero últimamente y debido a las luchas de los partidos políticos para ganar más votos, se ha venido impulsando el concepto de que ya es un adulto responsable quien cumple 18 años de edad. Sin embargo, por otro lado se piensa que el joven todavía depende de sus padres en tanto no haya terminado al menos sus estudios universitarios (entre los 21 y los 25 años). Respecto al inicio de la adolescencia, es más vaga e indefinida en nuestro país la fecha en que comienza, independientemente de que también la fecha de la primera regla se ha venido presentando a edades cada vez más tempranas, a juzgar por las noticias de embarazos de menores de 10 y 11 años, e incluso hasta de 9.

La adolescencia, que es un fenómeno exclusivamente humano, se presenta como una fase distinta de desarrollo, de transición, aunque con sus propias caraterísticas biológicas, sociales e intelectuales. En otras especies animales, el inicio de la madurez sexual (sinónimo de la pubertad humana), marca el momento en que las crías deben abandonar el

---

[59] McKINNEY, John Paul, Hiram E. Fitzgerald y Ellen A. Strommen. "Psicología del desarrollo adolescente". El Manual Moderno, México, 1982.

nicho de sus padres. En el humano en cambio, los adolescentes continúan dependiendo de sus padres por varios años después.

Una de las principales características que definen la adolescencia, es la falta de claridad respecto al puesto que el joven ocupa. Se considera que los adolescentes son marginales en el sentido de que sus derechos y responsabilidades no están tan claramente definidos como lo están los de los niños (que dependen totalmente de los adultos), y los adultos (que asumen la responsabilidad de los niños). Los adolescentes son responsables en parte de su bienestar y sus conductas, pero aún están sujetos a la autoridad de los adultos. De hecho, en algunas sociedades existentes en el mundo actual, aún se utilizan ritos iniciáticos de la pubertad, que convierten al joven en adulto de su comunidad, pero no así en la mayoría de las sociedades civilizadas de nuestro medio.

Considerando lo anterior, y si nos atenemos a las bases biológicas de la madurez humana, debemos reconocer que la pubertad es el punto de partida de la adolescencia. También diríamos que el período que abarca la adolescencia se ha venido ampliando no sólo con la tendencia secular y el vigor híbrido, sino también por el avance de la cultura social, que en los momentos actuales sugiere que un nuevo ser humano no está completo para salir del hogar paterno a formar su propia vida, sino hasta que haya terminado la universidad. Es decir, que la adolescencia en el México actual abarca desde los 10-11 años hasta los 21-25.

Remontándonos a la historia, vemos que Platón se preocupaba por la educación de la juventud y destacó que las actitudes eran demasiado cambiantes en esa edad. Aristóteles por su parte, escribió acerca del "carácter apasionado e irascible" de los adolescentes. Sin embargo, el concepto del niño ha venido cambiando con el tiempo.

En noviembre de 1959 la Asamblea General de las Naciones Unidas (ONU), publicó la declaración de los Derechos del Niño, en un hito histórico que diferencia y separa conceptualmente al niño del adolescente, como períodos distintos de desarrollo. En el momento actual, ha surgido otro período del desarrollo, al cual el Sociólogo Keniston[60] ha llamado a este período "juventud", que comprende entre los años del fin de secundaria y la etapa adulta que se inicia con la estabilidad ocupacional y la formación de un hogar.

CARACTERÍSTICAS DE LA ADOLESCENCIA

A lo largo de toda la historia de la humanidad, y a lo ancho de todo el mapa-mundi, todas las sociedades han considerado que la adolescencia es un período turbulento que genera problemas potenciales. En términos generales, se considera que el adolescente es un sujeto al mismo tiempo peligroso y en peligro, que tiene una conducta que gira alrededor de los peligros de una sexualidad prematura (embarazo prematuro, enfermedades de transmisión sexual), y que es un individuo inadaptado familiarmente, socialmente, escolarmente y en su propia estructura de personalidad.

---

[60] KENISTON, K. Young radicals. Notes on commited youth. Harcourt, Brace & World, USA, 1968, pp. 34-35.

Lo cierto es que en esta etapa del desarrollo humano se da un fenómeno llamado "segundo período de negativismo" (siendo el primero cuando el niño tiene entre 1 y 3 años de edad). Pero eso no necesariamente indica un problema, pues también es el inicio de independencia personal que construye sobre la base de la auto-identidad en la estructuración de la personalidad. De hecho la adolescencia se caracteriza por un cambio constante en todos los aspectos; y en el momento en que el adolescente cree que ya tiene un concepto que le ayudará a definir su conducta por el resto de su vida, en ese mismo momento el adolescente comienza a ensayar un nuevo concepto.

Stanley Hall consideró que la adolescencia se caracteriza principalmente por la tensión y la aflicción (Sturm und Drang)[61], que explicaba diciendo que los adolescentes sólo pueden llegar a esclarecer su individualidad mediante el conflicto con aquellos que quisieran mantenerlos eternamente sumisos. Albert Bandura, por su lado, sostiene que es un mito el creer que la adolescencia es necesariamente un período tormentoso[62]. Él afirma que al llegar la adolescencia los niños ya están más o menos independizados de sus padres, y que la mala fama de la adolescencia se debe, por un lado, a una interpretación exagerada que los adultos dan a las cambiantes conductas de los jóvenes, y por otro al énfasis que los medios masivos de comunicación han capitalizado de las conductas adolescentes..

Probablemente las dos teorías tienen parte de razón, ya que la adolescencia se caracteriza por una permanente búsqueda del papel que los adolescentes habrán de desempeñar en la sociedad, como adultos. En la adolescencia, se deben lograr algunos objetivos, los cuales parecen marcados en los mecanismos biológicos del desarrollo, y por tanto no dependen de la voluntad del propio adolescente; sino que este se ve obligado a actuar así por los cambios de su propia biología, es decir por la pubertad. Esos objetivos son:

1- Lograr independencia con respecto a sus padres
2- Adquirir las aptitudes sociales que requiere para funcionar como adulto
3- Lograr una autoestima positiva, es decir un sentido de sí mismo como de una persona con valor propio
4- Orientar su vocación y sus estudios profesionales
5- Adaptarse a su nuevo físico
6- Orientar su identidad de género y de pareja sexual.
7- Adoptar un conjunto de normas y valores que le sirvan de guía en adelante

Otro autor que estudió la adolescencia fue Erik Erikson, quien sugirió que el adolescente lucha entre la identidad y la pérdida de la identidad; es decir una "crisis de identidad". Para él, identidad significa "la confianza intensificada de que la realidad interna que se han preparado en el pasado, corresponde a la realidad que uno tiene para los demás"[63]. La búsqueda de identidad dura toda la vida, aunque en la adolescencia es donde juega el papel más importante. El riesgo estriba en que algunos adolescentes tienden a buscar su identidad mediante la adopción de las costumbres y valores que prevalecen en la sociedad donde él vive, o en una forma negativa por medio de la rebelión y la delincuencia.

---

[61] HALL, Stanley. Adolescence. Appleton, USA, 1904. p. 93.
[62] BANDURA, A. "The Stormy decade: Fact or Fiction? Psychology in the Schools. USA, 1964. Pp 224-231.
[63] ERIKSON, Identity and the life cycle. International University Press. USA, 1959, pp. 22-24.

Muchos de los problemas sociales y personales de desarrollo brotan durante la adolescencia. De hecho, la mayoría de los adultos considera que los riesgos de la adolescencia surgen cuando el adolescente comienza a independizarse de su familia, y pueden verse envueltos en actos delincuentes, adicciones psicotrópicas, posible abandono de los estudios, y los problemas derivados de la sexualidad (embarazo prematuro, enfermedades de transmisión sexual, etc.).

La teoría desarrollista de Harry Stack Sullivan es la que expone con mayor claridad la importancia de las actividades de grupo durante la adolescencia[64]. Sullivan considera que la adolescencia se caracteriza por un patrón relativamente estable de transformaciones que afecta a las relaciones interpersonales, y destaca que existen dos tipos de dinamismos de tensión interpersonal: los conjuntivos, que conducen al acercamiento social, y los Disyuntivos que conducen a la desintegración social.

Sullivan divide el período de la adolescencia en tres fases principales, preadolescencia, adolescencia temprana y adolescencia tardía. Los preadolescentes se caracterizan por una necesidad de intimidad interpersonal no erótica, con un individuo particular de su mismo género. La fase de la adolescencia temprana se caracteriza por una necesidad de gratificación sexual y la búsqueda de una relación interpersonal erótica y generalmente heterosexual. La adolescencia tardía es la etapa en que los adolescentes consolidan patrones específicos de interacción social desde el punto de vista de género y sexo, aunque las elecciones no sean necesariamente permanentes.

Por su parte, McKinney[65] concibe al adolescente como un agente interactivo, cuyos valores se desarrollan gracias a la realimentación que le proporcionan los demás. Los valores se van formando por la experiencia y se usan luego para guiar la conducta posterior.

En cualquier caso, el marcador de inicio de la adolescencia sigue siendo la pubertad. El psicólogo norteamericano Stanley Hall, quien fue uno de los primeros estudiosos de la adolescencia, así lo definió en su enfoque biogenético o desarrollista que destacó la importancia de la adolescencia en el desarrollo psicológico general.

3.2 LA PUBERTAD

La fisiología de la pubertad es un conjunto complejo de fenómenos que inicia con cambios hormonales, continúa con cambios físicos manifiestos en un rápido crecimiento corporal y la aparición de las características sexuales secundarias. Al mismo tiempo comienzan a darse las reacciones psicológicas de dichos cambios, y finalmente se desencadenan cambios emocionales iniciados por la química interna, y detonados por las actitudes ante los sucesos tanto internos como externos.

---

[64] SULLIVAN, H.S. The Interpersonal Theory of Psychiatry. USA, 1953. Pp 47-51.
[65] McKINNEY, J. P., Hiram E. Fitzgerald y Ellen A. Strommen. “Psicología del desarrollo adolescente”. El Manual Moderno, México, 1982. pp 49-54.

CAMBIOS QUÍMICOS

Las glándulas que juegan un papel protagónico en la pubertad son la pituitaria y las gónadas sexuales (testículos en el varón y ovarios en la hembra). La pituitaria es la que inicia el proceso mediante la liberación de hormonas gonadotrópicas, que regulan estimulando o inhibiendo, el funcionamiento de las gónadas a partir del inicio de la pubertad. Las hormonas gonadotrópicas que segrega el lóbulo anterior de la pituitaria son: la hormona folículo estimulante en la mujer (FSH), la hormona luteinizante en la mujer (LH), la hormona estimulante de las células intersticiales del testículo, en el hombre (ICSH) y la hormona luteotrópica (LTH) en la mujer.

Al ser estimuladas por las hormonas gonadotrópicas, las gónadas, comienzan a liberar sus propias hormonas. La Testosterona segregada en el hombre por los testículos, es la responsable del desarrollo del pene, la glándula prostática y las vesículas seminales. Las hormonas segregadas por los ovarios en la mujer, los estrógenos, responsables del desarrollo del útero, de la vagína, de las trompas de falopio, de los senos y de las características sexuales femeninas secundarias.

En la mujer, la hormona folículo estimulante (FSH), como su nombre lo indica, estimula los folículos de graaf en los ovarios. Durante la ovulación las células dentro del folículo se multiplican rápidamente y llenan el vacío que deja óvulo al desprenderse, con una sustancia llamada cuerpo lúteo, el cual produce progesterona gracias al estímulo de la hormona luteinizante (LH). Si la mujer no queda embarazada durante la ovulación, se suspende la producción de progesterona y el revestimiento interno del útero (endometrio) degenera dando origen a la menstruación. Finalmente una disminución de estrógeno induce un nuevo ciclo que se lleva a cabo en aproximadamente 28 días.

Todo esto se resume en una definición de Judith Meece[66]: “La pubertad designa el período en que el joven está en condiciones de realizar la reproducción sexual”.

CAMBIOS FÍSICOS

Uno de los principales cambios físicos de la adolescencia es el llamado "arranque del crecimiento", fenómeno universal que en los varones empieza entre los 12 y los 15 años en tanto que en las mujeres se inicia dos años antes. El arranque del crecimiento incluye el aumento de peso, el tamaño de los músculos, el crecimiento de cabeza y cara, y los órganos sexuales.

En la pubertad los órganos sexuales, crecen hasta adquirir su tamaño definitivo. En el hombre: el pene, el conducto deferente, la glándula prostática y la uretra, así como los testículos y el escroto crecen notablemente. Al mismo tiempo, comienzan a darse las eyaculaciones nocturnas de semen, y la emisión de los primeros espermatozoides. Características sexuales secundarias son el desarrollo de vello púbico y axilar, barba y bigote, y engrosamiento del tono de voz.

---

[66] Mece Judith. Desarrollo del niño y del adolescente. Sep. McGraw Hill. México. 2000. Pp. 76.

En la mujer, el aparato reproductivo femenino que consiste de dos ovarios, las trompas de falopio, la vagína y el útero, inician su desarrollo aumentando de peso y de tamaño. Se presenta la menarquía (primer ciclo menstrual). También se desarrolla el vello púbico y axilar. Las mamas crecen en virtud de las glándulas lactóforas y el tejido adiposo. La estructura ósea de las caderas se modifica y el tejido adiposo las redondea.

CAMBIOS PSICOLÓGICOS

Los cambios físicos hacen que el niño tenga una sensación extraña. El aumento repentino de estatura y peso, el cambio en el tamaño de sus piernas, brazos y manos, así como el desarrollo sexual aunado a los impulsos sexuales, son cambios dramáticos para un niño. Estos cambios físicos hacen que los nacientes adolescentes pongan en tela de juicio la normalidad de su desarrollo, originando cambios psicológicos y emocionales.

Por otro lado, se inicia un cambio en el estilo de pensamiento lógico, lo que ahora les permite compararse con sus compañeros y al ver que los demás también están experimentando cambios similares, los toman como grupo de referencia para comenzar a definir lo que es normal y aceptable tanto en lo físico como en lo conductual.

Según la teoría piagetana, se dan cuatro etapas o períodos en el desarrollo psicogenético del niño. Primero está el período sensoriomotor, que va desde el nacimiento hasta aproximadamente los dos años. Luego la etapa preoperacional de los dos hasta los siete años. En la tercera etapa que inicia a los 7 años, el niño comienza a desarrollar la capacidad de realizar operaciones concretas. En la cuarta etapa, se desarrolla el pensamiento formal, que habilita al sujeto para formular hipótesis, tener un razonamiento deductivo, para hacer análisis de causas, y dar explicaciones científicas a los sucesos. Finalmente, en ésta última etapa, el adolescente puede razonar acerca de su propio razonamiento, es decir que desarrolla la metacognición, que a su vez supone la capacidad de separar sujeto de objeto, y el poder tomar como objeto de consideración tanto lo irreal como lo real.

Otro fenómeno psicológico interesante que surge en la adolescencia, es que el adolescente descubre que puede pensar sobre sí mismo como lo harían otros, es decir, considerarse a sí mismo como el objeto de las percepciones y pensamientos de los demás. De esta manera, termina convenciéndose de que de que él también es el foco de observación de los otros. Esta autoconciencia o metacognición puede llevar tanto a una crítica severa de sí mismo, como a una alabanza excesiva y sin fundamento.

Además, los adolescentes llegan a creer que sus sentimientos son únicos, y por tanto les parece imposible que otro, especialmente si es adulto, pueda comprender lo que él está experimentando.

Finalmente, en la adolescencia se desarrolla un idealismo poco realista, que les lleva a creer que ellos cambiarán el mundo, pasando de una concepción personalizada a una más. Este idealismo de la adolescencia se basa en el pensamiento formal, que les permite ser capaces de imaginar lo que puede suceder contrastado con la realidad concreta, y consiste en la habilidad para especular sobre el futuro y para considerar varias alternativas simultáneamente.

CAMBIOS EMOCIONALES

En términos generales la emoción forma parte de un proceso neuro-químico complejo de regulación biológica, y está construido por pulsiones instintivas y controles homeostáticos, con fines de supervivencia. Cuando el niño nace, ya trae en su código genético los patrones neuro-químicos más importantes para la supervivencia, y conforme se va desarrollando el niño, primero bajo la influencia de esos patrones neuro-químicos, y luego bajo la influencia socio-cultural, se amplía el catálogo de los sucesos que racionalmente son clasificados como "buenos o malos" para el bienestar y la sobrevivencia.

En otras palabras, la emoción es un proceso físico-químico que produce estados disposicionales en el organismo los que, cuando son percibidos (a la percepción de estos estados se le llama sentimientos), nos llevan a adoptar posturas (llamadas actitudes), de acercamiento o rechazo ante los eventos que disparan la emoción.

En este contexto emocional, la autoestima es la percepción valorativa de nuestro propio ser, es decir una actitud que adoptamos acerca de nosotros mismos, y se basa en todos los sentimientos y pensamientos generados por sucesos internos y externos, que inducen cambios neuroquímicos que nos permiten vivenciar experiencias sobre nosotros mismos durante la vida. La emoción es el estado de respuesta biológica, que Damasio llama "el marcador somático"[67], y que proporciona un sustrato para la autoestima humana.

En general los adolescentes que inician temprano la pubertad, tienen cierta ventaja psicológica y emocional sobre los que inician tardíamente, tanto durante la adolescencia, según documentan Mussen y Jones[68], como en la adultez[69]. Es probable que lo anterior se deba a la conciencia que ellos mismos, y los demás, tienen de los avances exitosos del desarrollo que lleva a la independencia y a la adultez, y del dominio que van adquiriendo en áreas a las que ellos y sus compañeros conceden mucho valor.

Lerner y Karabenich encontraron que existe una alta correlación entre el aprecio que los adolescentes tienen de su atractivo físico y la autoestima[70]. En el caso de los

---

[67] Damasio, A. El Error de Descartes. Editorial Andrés Bello, México, Chile, 1996. pp 191- 200.
[68] Mussen, P.H., y M. C. Jones. "The behavior inferred motivations of late and early maturing boys. Child Development. USA, 1957. Pp 243-256.
[69] Jones, M.C. y N. Bayley. "Physical maturing among boys as related to behavior. Journal of Educational Psychology. USA, 1950. pp. 129-148.
[70] Lerner, R.M. "Physical attractiveness, body attitudes and self-concept in late adolescents. Journal of Youth and Adolescence. USA, 1974. pp 307-316.

adolescentes hombres, además de la apariencia física la autoestima se ve afectada por la apreciación de la fuerza física[71], pero de igual manera Morrow y Wilson observaron que los adolescentes que presentan alta autoestima y un alto rendimiento escolar, generalmente provienen de hogares en que han recibido un trato generoso en alabanza y aprobación, que les llevaba a sentirse comprendidos por sus padres[72]. En otras palabras, la autoestima se construye sobre situaciones y circunstancias internas y externas, algunas de las cuales no dependen de la voluntad de nadie, en tanto otras dependen de las conductas de otros, y finalmente de las actitudes del propio adolescente.

La personalidad es el conjunto de rasgos que caracterizan y distinguen a las personas haciéndolas individuales, y que tiene sus bases en factores genéticos, fisiológicos (neuroquímica de la emoción), culturales, experienciales y actitudinales (cuando el sentimiento se une a la cognición). La estructura de la personalidad se consolida en la adolescencia, e incluye los efectos de los cambios químicos, físicos, psicológicos y emocionales.

En el siguiente capítulo haremos una síntesis de lo revisado en los capítulos anteriores, para abordar en específico la autoestima adolescente.

---

[71] Lerner, R.M. y S.A. Karabenich. "Physical attractiveness, body attitudes, and self-concept in late adolescents". Journal of Youth and Adolescence. USA, 1974. pp. 307-316.

[72] Morrow, W.R., y R.C. Wilson. Family relations on bright high-achieving and underachieving high school boys. Child Development. USA, 1961. Pp 501-510.

CAPÍTULO IV

4.1 LA AUTOESTIMA ADOLESCENTE

Haciendo una síntesis de las teorías analizadas en el capítulo previo, diremos que la autoestima es la imagen que las personas tienen de sí mismas, integrando pensamientos, emociones y sentimientos, y que refleja una auto-valoración, que puede estar ajustada a la realidad pero también puede ser sujeta de infra-valoración y de sobre-valoración.

Más específicamente, la autoestima puede definirse como una actitud auto-valorativa que la persona adopta hacia sí misma, y abarca tres dimensiones: cognitiva, afectiva y comportamental. Desde el punto de vista cognitivo, la autoestima es el conjunto de creencias valorativas que una persona tiene de sí misma. El aspecto afectivo es el conjunto de sentimientos que la persona experimenta con relación a sí misma. La dimensión comportamental es el patrón de conductas que una persona manifiesta hacia su propio cuerpo y hacia su propia psique, por ejemplo alimentarse o propiciarse terapia psicológica.

La autoestima puede tener dos niveles de expresión, que son: la autoestima básica, la autoestima basal, y la autoestima circunstancial.

La autoestima circunstancial es aquella que sufre variaciones a lo largo de la vida, e incluso del día, como consecuencia de factores circunstanciales externos al sujeto. La autoestima circunstancias y sus fluctuaciones se manifiestan en una relación fondo-figura, en que la autoestima básica y la basal juegan un papel de fondo y como parámetro de comparación. La autoestima circunstancial puede ser fácilmente mejorada y estabilizada.

La autoestima básica es aquella que se constituye a partir de la infancia y se manifiesta con un nivel más o menos estable a lo largo de la vida, aunque siempre actualizándose. En términos generales la interpretación que la persona hace de los hechos, calificándolos como buenos o malos, como positivos o negativos para ella, condiciona el fortalecimiento o debilitamiento de la autoestima. La modificación de la autoestima básica lenta y difícil, sin embargo es susceptible de mejoramiento.

Existen también 3 niveles de calificación de la autoestima: baja, media y alta. La autoestima baja implica que la persona se está infra-valorando en tanto que la alta indica que se está sobre-valorando. El nivel medio es aquel que corresponde con la realidad, sin falsa modestia y sin narcisismo. Los niveles extremadamente bajos o extremadamente altos son disfuncionales, y constituyen los límites de la autoestima en que la integridad física, mental y emocional del sujeto están en riesgo de desintegración o daño. Estos puntos extremos conforman la autoestima basal, y representan el mínimo de autoestima indispensable para la sobrevivencia, y el máximo para conservarse en el rango de la normalidad.

La autoestima juega un importante papel en la vida de las personas, para la vida familiar, escolar, social, personal, y profesional. Influye en el rendimiento, condiciona las expectativas y contribuye a la salud y al equilibrio psíquico. Una buena autoestima proporciona a la persona la fuerza para afrontar las adversidades, la oportunidad de

entablar relaciones interpersonales enriquecedoras, en un marco de respeto mutuo. Proporciona satisfacción por el simple hecho de existir. La persona con buena autoestima no necesita competir, no se compara, no envidia, no se justifica por lo que hace.

La autoestima media (racionalmente realista), se divide en dos: la buena y la mala. Las principales características de una buena autoestima son:

1- Apego a valores que se defienden con sinceridad y tenacidad, aunque con la apertura mental para modificar la postura en caso de que las evidencias demuestren la necesidad de actualización.
2- Capacidad para actuar de manera acertada, confiando en su propio juicio, y sin sentirse culpable cuando a otros le parezca.
3- No gasta demasiado tiempo pensando en el pasado o en el futuro.
4- Confianza por su capacidad para resolver sus propios problemas
5- Como persona se considera igual que los demás, aunque reconoce sin envidia ni vanagloria que existen diferencias individuales en capacidades, actitudes, habilidades y logros.
6- Actitud cooperativa con los demás, sin dejarse manipular.
7- Disfruta de las actividades que realiza en la vida diaria.
8- Sensibilidad hacia las necesidades de los otros
9- Respeto a las normas de convivencia socialmente aceptadas.

La autoestima baja se manifiesta con algunas de las siguientes características:

1- Sentimientos de tristeza y depresión.
2- Sentimiento de incomodidad con la gente que no conoce por temor a la crítica.
3- Sentirse dependiente de otros o que los demás dependen de él.
4- Cuando las cosas salen mal, siente que todo es su culpa, exagera el supuesto daño, y no se perdona a lo largo del tiempo.
5- Sensación de resultarle desagradable a los demás debido a una tendencia al perfeccionismo o autoexigencia.
6- Sentimientos de falta de valor ante los demás.
7- Dejarse manipular como estrategia para ganar aceptación.
8- Autocrítica rigorista que le lleva a creer que todo le sale mal.
9- Conductas paranoides al creer que los demás se ríen de ella.
10- Dificultad para hablar sus propios sentimientos.
11- Alegría por el fracaso ajeno
12- Evitación de nuevas experiencias.
13- Temor al cambio y a los retos en general.
14- Hostilidad hacia sí mismo y hacia los demás.
15- Indecisión
16- Negativismo generalizado.

4.2 FACTORES DE LA AUTOESTIMA

Los precursores de la autoestima son aquellas condiciones o factores que deben existir para construir sobre ellos la autoestima, sea ésta positiva o negativa. Estos

precursores son: 1) la inteligencia, que habilita al sujeto para procesos de pensamiento racional, comprender normas, generalizar aprendizajes, etc. 2) el ambiente de desarrollo familiar que mediante los estilos de paternidad de sus padres, facilitan la adaptación o inadaptación familiar, 3) El ambiente físico, social y pedagógico de la escuela a la que acude, y que influye en la adaptación o inadaptación escolar del sujeto, 4) Un ambiente social con experiencias que facilitan la adaptación o inadaptación social, y 5) la adaptación o inadaptación personal que engloba el resultado de todos los factores precursores antes mencionados.

4.2.1 LA INTELIGENCIA

La inteligencia es la capacidad de las personas para conseguir y acumular experiencia, la aptitud para organizarla y aplicarla a la realidad generalizando las experiencias pasadas a situaciones nuevas, lo que a la postre permite a la persona adaptarse de manera satisfactoria el individuo y útil para la sociedad. La inteligencia condiciona el estilo que tiene la persona para abordar la realidad de la vida.

Se han hecho muchos intentos por clasificar la inteligencia, desde diferentes puntos de vista. Dos de ellas son:

1- POR LA FORMA DE DESARROLLO, en Inteligencia Práctica e Inteligencia Conceptual. La inteligencia práctica se manifiesta en la forma de salir adelante en las circunstancias de la vida real, aunque a un nivel pragmático y poco elaborado. Inteligencia conceptual es la habilidad para estudiar, aprender, formar conceptos, manejar abstractos, etc.

2- POR SU FORMA DE APLICACIÓN, en: Espontánea y Reactiva. Espontánea es cuando la persona de *motu propio* genera ideas. Reactiva si sólo busca ideas en su mente cuando las circunstancias o las personas se lo requieren. Espontáneo no quiere decir rápido, y no necesariamente se refiere a creatividad, que es una cualidad aparte de la inteligencia.

3- POR LOS RANGOS DE COCIENTE INTELECTUAL. El cociente intelectual se ha definido como el producto matemático de dividir la edad mental del sujeto (obtenida mediante un test con validez y confiabilidad), entra la edad cronológica del sujeto, y el resultado multiplicado por 100. Los cocientes se expresan en percentiles. Por fórmula sería:

$$\frac{\text{Edad mental}}{\text{Edad cronológica}} \times 100$$

A continuación se muestra la tabla de rangos y cocientes intelectuales:

RANGOS Y COCIENTES INTELECTUALES	
130 o más	Capacidad muy superior
120 a 129	Capacidad superior
110 a 119	Superior al término medio
90 a 109	Término medio
80 a 89	Inferior a término medio
70 a 79	Capacidad intelectual límite
50 a 69	Retraso mental leve
35 a 49	Retraso mental moderado
20 a 34	Retraso mental grave
0 a 19	Retraso mental profundo

EL ORIGEN DE LA INTELIGENCIA, INNATISMO vs. EMPIRISMO

A los filósofos de la antigüedad se les ocurrieron varias respuestas para explicar cómo se adquiriría la inteligencia. Sin embargo, hubo dos corrientes principales; la de los "innatistas" y la de los "empirístas".

Los innatistas sostenían que los hombres al nacer ya lo saben todo y que el conocimiento es un don innato (El diálogo de Platón titulado "Menón" es un buen ejemplo de ésta postura).

Por su parte, los empiristas, en el otro extremo, opinaban que los hombres al nacer no saben nada, y postulaban que la mente era una tábula rasa, es decir, un pizarrón en blanco donde la experiencia va dejando su huella. La Tábula Rasa fue inicialmente propuesta por John Locke, quien afirma que el niño es como un pizarrón o "tábula rasa" donde nada hay escrito al momento del nacimiento. Sostenía que el conocimiento es adquirido mediante la experiencia, y que la educación es la oportunidad para que se enseñe al niño la sabiduría. Locke no concedía importancia alguna a la herencia. Esta teoría sería retomada por John Watson en 1913.

Las investigaciones realizadas con gemelos monocigóticos (gemelos que proceden de la misma célula madre y que comparten la misma información genética), que después de nacer criados en ambientes distintos, demuestran que aunque su nivel de desarrollo y sus calificaciones en de inteligencia tiende a ser muy semejante (lo que hablaría a favor de la herencia genética de la inteligencia), pero también se observan marcadas diferencias (lo que demostraría la importancia de las influencias no genéticas).

En la actualidad se postula que la inteligencia es el producto de la interacción entre la herencia genética y el ambiente postnatal, es decir la escolaridad y la condición social. El ambiente social puede favorecer o perturbar la inteligencia innata. La vida afectiva también influye en el desarrollo de la inteligencia.

El desarrollo de la inteligencia no es un fenómeno que suceda a una tasa constante de crecimiento. Hay períodos de crecimiento rápido, de crecimiento lento y hasta de deterioro “normal” en la senectud. El crecimiento intelectual es mayor durante la niñez temprana, se

nivela algún tanto durante la adolescencia y luego disminuye en la edad adulta. El descenso global del crecimiento de la inteligencia en la adultez, y el inicio del deterioro “normal” en la vejez, se relacionan con el nivel de educación de los sujetos. Entre más escolaridad tiene un individuo, menor es la probabilidad de que experimente un descenso temprano en su funcionamiento intelectual, específicamente en las áreas relacionadas con su educación y la cultura.

Como ya se dijo, es imprescindible que el niño o adolescente tenga un Cociente Intelectual (CI) término medio o superior, a fin de que pueda capitalizar las experiencias referidas por los otros precursores, para desarrollar la autoestima.

4.2.2 LA FAMILIA

La autoestima, es algo que se construye a partir del ambiente familiar. Cuando existe violencia familiar las víctimas y los victimarios tienden a poseer baja autoestima. Y es que todo padre está en una posición especial, en virtud de la cual, traslada a sus hijos sus conceptos y su enfoque de la vida, por equivocados que estos sean. De pequeños, los niños no tienen otra alternativa que creer y guiarse por esos conceptos; porque no tienen acceso a otro punto de vista. El niño establece su criterio según la información que recibe, y una vez establecido un criterio en los años de formación intelectual y moral, es muy difícil llegar a cambiarlo. Y esto no quiere decir que el padre necesariamente sea malo; puede ser intencionalmente muy bueno, y aún asi, algunos aspectos de su personalidad pueden dañar a sus hijos. Por ejemplo, se sabe que los niños que nacen durante el primer año de matrimonio de sus padres, sufren las consecuencias del proceso de adaptación que inevitablemente tienen que vivir sus padres.

El niño crece y crea una buena autoestima porque el padre o madre "le festejan" o le reconocen sus logros. En cambio si en la familia al niño no se le reconoce nada y le hacen ver que lo que él hace no es normal o natural, el niño no tiene estímulos crear una buena autoestima. La familia es el punto de partida para el desarrollo de la autoestima. La autoestima y la comunicación están muy relacionadas, porque según como se diga algo, el efecto será positivo o negativo. Por esta razón, se entiende que los padres y madres que dañan la autoestima de sus hijos no siempre lo hacen intencionalmente, pues la comunicación incluye además de las palabras, los silencios, posturas, gestos, actitudes, expresiones, tonos de la voz y miradas significativas.

Paternidad es la capacidad de influir en los hijos para lograr su formación en las condiciones ideales que les permitan desarrollar integralmente sus capacidades, y ubicarse sana, correcta y adecuadamente dentro de la sociedad, de maneras que resulten enriquecedoras para su felicidad individual. Estilo de paternidad es la forma como se ejerce esa influencia, y puede ser deliberada o inconsciente, verbal y no verbal, con palabras o con silencios, etc. Resumiendo, es el patrón general de pautas de conducta paterna a través del cual, el padre influye en el desarrollo formativo de sus hijos. El estilo de paternidad refleja la salud psico-emocional de los padres, su inteligencia y cultura, así como la estructura y dinámica de sus relaciones de pareja.

Los estilos de paternidad, para su estudio se agrupan en 16 estilos fijos que se agrupan a su vez en 4 "ejes de la paternidad", cada uno de los cuales tiene cuatro niveles de intensidad. Un eje, es un modelo conceptual que nos permiten agrupar varios estilos en una línea imaginaria (continuo). Los estilos van cambiando gradualmente a lo largo de esa línea, según la intensidad de manifestación de la característica que les es común. En este contexto, y haciendo uso de la función lingüística de "no-marcaje" de sustantivos genéricos, paternidad es el término genérico que se aplica tanto a la conducta del padre como a la de la madre, y el término padre se aplica tanto a la mamá como al papá.

Los ejes se utilizan sólo para clasificar los estilos fijos, los cuales son 16, agrupados en 4 ejes que contienen cuatro estilos cada uno. Los cuatro ejes son: Eje de la permisividad, Eje de la Disciplina, Eje de la Protección, y Eje de la Participación. A continuación analizaremos cada uno de estos ejes, y los Estilos de Paternidad que agrupan.

	1	**2**	**3**	**4**
EJES	**Favorable**	**Desfavorable**	**Muy desfavorable**	**Nocivo**
LIBERTAD	Estimulador	Permisivo	Negligente	Sociópata
DISCIPLINA	Transigente	Estricto	Hostil	Filípata
SEGURIDAD	Nutriente	Protector	Sobre-protector	Posesivo
DECISIÓN	Participativo	Demócrata	Autoritario	Autócrata

Como se ve, el nivel 1 es considerado un nivel favorable, el nivel dos como desfavorable, el nivel tres es muy desfavorable para la crianza de los hijos, y el 4 es definitivamente nocivo para los niños y hasta peligroso para su integridad psico-emocional e incluso física.

Un factor muy importante a considerar es que los niveles 3 y 4 reproducen a los niveles anteriores 2 y 3. Es decir que, por ejemplo, el padre que tiene un estilo negligente (nivel 3), también es permisivo (reproduce el nivel 2); y el padre que tiene un estilo sociópata (nivel 4), también es negligente (reproduce el nivel 3) y también es permisivo (reproduce el nivel 2). El nivel 1 no es reproducido por los otros niveles, ya que de hecho es opuesto a ellos en cuanto a calidad de estilo de paternidad. Este fenómeno de la reproducción de niveles se presenta en los cuatro ejes de la paternidad.

La característica común de los estilos del eje de la libertad, es la forma como el padre enseña a su hijo a respetar los derechos y libertades de los demás. Agrupa a los estilos de paternidad: Estimulador, Permisivo, Negligente, y Sociópata. Estimulador es el padre que corrige a su hijo oportunamente, de manera adecuada y con la intensidad apropiada, para que éste aprenda a respetar los derechos y libertades de los demás. Estilo permisivo es el de los padres que adoptan una actitud no correctora hacia el hijo; es decir, que "le permiten" al niño portarse mal ante los demás. El estilo negligente caracteriza al padre indiferente que no hace por sus hijos, lo que debe hacer en la cantidad, la calidad y la oportunidad con que debe. Se independiza emocionalmente de sus hijos, aislándose de sus necesidades y problemas. El estilo sociópata representa al padre que tiene conductas irresponsables y antisociales ante los ojos de sus hijos, por lo que modelan en sus hijos conductas que violan los derechos básicos de los demás y las normas sociales apropiadas a su edad.

El eje de la disciplina tiene como característica la actitud de tolerancia o intolerancia que los padres tienen respecto a las conductas de sus hijos que a ellos como padres les molestan. Agrupa los estilos Transigente, Estricto, Hostil y Filípata. Estilo transigente es el de aquél padre que controla su tolerancia para no castigar al niño sólo porque su conducta le resulte molesta al padre; sino considerando las necesidades del niño, su personalidad, etapa de desarrollo, edad, madurez, etc. Los padres con estilo estricto, se fijan demasiado en lo que hacen sus hijos, y nunca les parece que hagan las cosas suficientemente bien, por lo que siempre les están criticando y devaluando, les ponen apodos despectivos, etc. El estilo hostil caracteriza al padre que utiliza con sus hijos la agresión verbal, tortura emocional, o castigos físicos severos. El padre nunca está conforme con sus hijos como personas; es decir, que desaprueba no tanto lo que el hijo hace, sino cómo es. El estilo filípata, finalmente es el patrón de conducta paternas que abiertamente atenta contra la integridad física, mental, emocional, y social del hijo: explotación, maltrato, castigos brutales, encierros, abuso sexual, etc.

La característica de los estilos en el eje de la seguridad, es la cantidad de protección con que los padres cuidan a sus hijos. Los estilos de este eje son: Nutriente, Protector, Sobre-Protector y Posesivo. Nutriente es el estilo del padre da a su hijo atención en calidad, cantidad y oportunidad; le crea un ambiente de estimulación sensorial e intelectual que le permite un desarrollo armónico y sano; sin excesos, pero sin carencias tanto física como emocional, intelectual, social y materialmente. El estilo protector refleja al padre que presta ayuda al niño en toda tarea que éste trata de emprender, por mínima que sea, y aún cuando el niño no necesite o solicite dicha ayuda, por miedo a que sufra daño físico, enfermedades etc. El estilo sobreprotector ejemplifica al padre que se preocupa excesivamente por el niño, exagera sus enfermedades, y le cumple todos sus deseos, hasta los no expresados. El niño se vuelve "chiqueado", caprichudo; demandante, y tiene poca tolerancia a la frustración. Estilo posesivo es el que manejan los padres que tienen una necesidad excesiva de afecto. A menudo se hacen las víctimas para manipular a sus hijos, a quienes quieren mantener siempre cercanos para satisfacer sus propias necesidades afectivas.

El eje de la toma de decisión tiene como característica la participación que los padres brindan a los hijos en la toma de decisión sobre asuntos que conciernen a todos los integrantes de la familia. Estilo participativo es la forma y grado de participación de los hijos en la toma de decisión, facilitado por los padres, teniendo en cuenta los distintos tipos de situación, así como el grado de madurez y responsabilidad del hijo. El estilo democrático caracteriza al padre que considera que la democracia familiar se basa en el respeto y la igualdad de derecho para decidir, pero también en el reparto equitativo de las labores domésticas, sin distinción de edad, o grado de madurez. El estilo autoritario es el del padre que considera, que por la naturaleza infantil, todos los niños tienden a portarse mal; y es por ello que se necesitan los castigos para hacerlos responsables. El padre es el único que puede decidir lo que es correcto. El estilo Autocrático es el del padre extremadamente estricto, moralmente rígido, que se ostenta como juez de los demás, tiraniza a sus hijos, es desconfiado y no acepta opiniones de los demás, negándose a cambiar su punto de vista.

En términos generales, los estilos de paternidad que generan estilos disfuncionales son los que se encuentran en las columnas tituladas 2 a 4. Mientras más alto sea el número de la columna, es mayor el daño potencial que pueden causar en la autoestima del niño. En otras palabras, la inadaptación familiar, como parámetro de medida de los factores psico-emocionales del niño, se ve seria y directamente afectada por el estilo de paternidad y el ambiente familiar.

4.2.3 LA SOCIEDAD

La sociedad cumple una función muy importante para la persona, ya que a partir de la cultura que prevalece en esta, la familia adopta diferentes pautas o formas de vida que son transmitidos a sus miembros y contribuyen a formar la personalidad de los niños. De manera recíproca, las personas que tienen una baja autoestima, tienden a adoptar roles sociales sometidos, y evitan las situaciones que requieren asumir responsabilidades.

En la sociedad contemporánea el nivel de autoestima de las personas está condicionado a la actividad que desempeña para ganarse la vida, por las posiciones de poder social, por su éxito o fracaso profesional, por los satisfactores símbolo de estatus que la sociedad consumista propone como parámetros, por la comparación que el sujeto hace de su apariencia física con los parámetros de belleza o apariencia que la moda favorece, por razones étnicas, religiosas, genéricas, etc.

Los criterios mediante los cuales, las personas, se evalúan a sí mismas en sociedad, siempre son culturales, y por tanto cambiantes. Toda persona se ve a sí misma desde le punto de vista de los grupos en que participa y todo aquello que los demás piensan de una persona particular, lo cual se refleja en el trato que le dan, influirá positiva o negativamente en la autoestima del sujeto.

4.2.4 LA ESCUELA

En el enfoque tradicional, se solía pensar en las causas de los problemas psico-emocionales del niño de acuerdo con una visión parcial, dejando de lado el análisis de otros factores indirectamente relacionados. De acuerdo con una visión sistémica, se piensa que los aspectos intrapsíquicos de las personas (como la autoestima), tienen que ver con los elementos que forman el sistema relacional en que está inmerso el estudiante. Y la escuela, sobre todo en los primeros años, es el lugar donde el niño, aparte de su casa, pasa muchas horas.

En este marco conceptual, la escuela como sub-sistema del sistema relacional en que el niño se mueve, es un sistema abierto que comparte funciones con otros sistemas como el familiar y el social, y con los que debe trabajar en armonía. La sociedad le otorga a la escuela la misión de educar e instruir a los alumnos a fin de que se integren lo más plenamente posible. En la escuela, al igual que en el ambiente familiar, el niño tiene las mismas necesidades básicas de expresiones de afecto y seguridad, del derecho de ser una persona de valor y de tener la oportunidad de triunfar.

Dentro del sistema escuela, el profesor pertenece a ese sistema al mismo tiempo en que participa en otros subsistemas (compañeros, padres, comunidad). Por su parte, el alumno, juega en la escuela uno de los diferentes roles que tienen lugar en su vida (hijo, alumno, amigo). Es importante no perder de vista que el niño está incluido en tres sistemas diferenciados: la escuela, la familia, y la sociedad. El niño elabora su conocimiento y su evolución personal a partir de atribuir un sentido a las situaciones que vive y de las cuales aprende. En este proceso tiene un papel primordial la capacidad de autonomía, reflexión e interacción constante con los otros sujetos de su comunidad.

En pleno siglo XXI, es una lástima constatar que aún existen docentes que humillan, desprecian, ignoran, se burlan de los niños, y que como consecuencia dañan su autoestima. Por supuesto que también existen docentes que favorecen el desarrollo de una autoestima sana, Los maestros pueden favorecer u obstaculizar el proceso por el cual el niño desarrolla su autoestima. Su comprensión o la ausencia de la misma, pueden favorecer o entorpecer dicho desarrollo.

La opinión que el niño tiene de sí mismo en relación con otras personas se acentúa en la escuela, porque es el contexto en que puede compararse con muchos niños de su edad. Igualmente en la escuela pone en tela de juicio comparativo sus valores, sus actitudes, su hogar, sus padres, sus conductas, su apariencia, etc., La imagen que cada niño tiene de sí mismo se forma a través del reflejo de las opiniones de los demás. Por todo lo mencionado es muy importante que la escuela y los maestros constituyan un ambiente favorable para el desarrollo de la autoestima del niño.

4.2.5 LA ESCUELA SECUNDARIA

Un estudio llevado a cabo por James Comenan en 1961, titulado "The Adolescent Society" concluye que la sub-cultura del adolescente en la escuela se funda en un conjunto de valores que difieren entre lo que el niño desea y lo que la escuela planea para ellos. Por ejemplo, para los adolescentes los deportes son más importantes que el rendimiento académico. Por otro lado, al comparar la popularidad contra el rendimiento académico, se vio que éste ocupa un segundo lugar. Parece que los estudiantes perciben los valores de los adultos en una forma distinta.

Morrow y Wilson observaron que los adolescentes estudiantes de secundaria que presentan alta autoestima y un alto rendimiento escolar, generalmente provienen de hogares en que han recibido un trato generoso en alabanza y aprobación, que les llevaba a sentirse comprendidos por sus padres[73]. En otras palabras, la autoestima adolescente se construye sobre situaciones y circunstancias internas y externas, algunas de las cuales no dependen de la voluntad de nadie, en tanto otras dependen de las conductas de otros, y finalmente de las actitudes del propio adolescente.

[73] MORROW, W.R., y R.C. Wilson. 2Family relations on bright high-achieving and underachieving high school boys. Child Development. USA, 1961. Pp 501-510.

Por otro lado, Cervantes demostró que las familias de los estudiantes que desertaban de la escuela secundaria, se distinguían por tener pautas de paternidad con poca comprensión y aceptación hacia los hijos y poco o nulo aprecio de los resultados escolares del joven en la escuela, y por supuesto nada de motivación para el estudio. Al mismo tiempo, había escasa comunicación entre todos los miembros de la familia, y escaso tiempo dedicado a actividades recreativas comunitarias. Finalmente los adolescentes desertores de secundaria manifestaron no ser muy felices en el hogar.

Estas son algunas de las razones por las cuales los estudiosos de la autoestima, toman en consideración la escuela, como componente de la inadaptación personal del alumno. La idea general es que la adaptación o inadaptación familiar del niño comienza a modelar su autoestima. Luego esta se refleja en las actitudes y en los comportamientos del niño en contextos sociales que a su vez retroalimentan positiva o negativamente su autoestima dando como resultado la adaptación o inadaptación social. Con ese bagaje, luego entra al contexto escolar donde nuevamente es retroalimentado interactivamente por maestros y compañeros, generando una adaptación o inadaptación escolar que da un nuevo modelamiento a su autoestima. Finalmente, la adaptación o inadaptación personal, al mismo tiempo que refleja más directamente la autoestima básica del estudiante, también refleja los efectos de la familia, la sociedad y la escuela, en su autoestima, y proyecta esta autoestima hacia su futuro como joven y adulto.

En la pubertad se produce un aumento súbito de las conexiones nerviosas en ciertas regiones del cerebro. “Eso juega un importante papel en la valoración de las relaciones sociales y también en la planificación y control del comportamiento social”, según la revista 'New Scientist', y es que el cerebro de los adolescentes sufre una remodelación temporal justo en el periodo en el que viven más experiencias sociales. La consecuencia es que se sienten confusos y tienen comportamientos que afectan su desempeño escolar.

4.2.6 LA ADAPTACIÓN PERSONAL

El postulado principal de Erikson respecto a los adolescentes es que pasan por la necesidad de una identidad personal, de una continuidad entre su experiencia anterior y las fantasías del futuro; y llama a este fenómeno la "lucha por la identidad". La lucha entre identidad y difusión puede alcanzar proporciones de crisis. El rápido desarrollo físico, el crecimiento desproporcionado de los órganos sexuales, el principio del funcionamiento sexual y los impulsos sexuales que empiezan a despertar, así como la reorganización de las relaciones interpersonales y la lucha por la independencia, todo ello provoca nuevas interrogantes acerca de sí mismos y de sus valores, al mismo tiempo que experimentan el desarollo de un nuevo marco cognoscitivo, constituido por una lógica o pensamiento formal.

Erikson sostiene que se da un intervalo de tiempo en el cual los adolescentes se prueban muchos papeles para ver cuales son los que mejor les acomodan, sin fijarse mucho en las consecuencias. Es un para examinar sus fuerzas y debilidades. Un adolescente con una autoestima sana resuelve este problema definiéndose a sí mismo dentro del contexto físico y social relativamente estable. Pero si el adolescente se encuentra perturbados por

inadaptaciones familiar, social o escolar, y por ende con baja autoestima, pueden desarrollar formas anormales de respuesta ante las diversas circunstancias. Una de esas formas es la adopción de una “identidad negativa”, pues inconscientemente el alumno piensa que destacar como un “don nadie” es mejor que no tener ninguna definición de identidad. El viraje repentino hacia la delincuencia, las adicciones, la depresión, la huída de casa, la depresión e incluso el suicidio, también es una manifestación de una identidad (autoconcepto o autoestima) deficiente.

CAPÍTULO V

5.1 EVALUACIÓN DE LA AUTOESTIMA

En tiempos de Stanley Hall prácticamente no existía ningún instrumento de medición para obtener datos acerca de un adolescente. Él fue el primero que usó la técnica del cuestionario para obtener datos psicológicos de ellos. Concebía los cambios psíquicos de la adolescencia como una consecuencia natural de los cambios físicos y fisiológico básicos.

La Autoestima un constructo psicológico elaborado para tratar de explicar ciertos comportamientos humanos de interés científico. De hecho se trata de una variable teórica abstracta que se tiende como un puente para explicar fenómenos que no pueden ser directamente mensurables.

A raíz de la gran popularidad que ha adquirido el concepto de autoestima en los últimos años, una gran variedad de profesionales interesados en el comportamiento humano, comenzaron a interesarse en medir la autoestima utilizando un instrumento válido y confiable, un test, un cuestionario o una escala. Un cuestionario, es el instrumento normalmente empleado para la adquisición de datos en una investigación de campo. Los estudios de campo implican investigar en el "mundo real" en lugar de un laboratorio.

Sin embargo, todo investigador debería cuestionarse de entrada, si los instrumentos de evaluación a utilizar realmente miden lo que dicen medir; es decir, ¿son válidos?. Los estudios de campo implican investigar en el "mundo real" en lugar de un laboratorio. Si a eso se añade que la autoestima es un constructo psicológico, se pueden desarrollar cuestionarios con serias dudas en cuanto a la confiabilidad y a la validez.

De hecho, creemos que algunas conclusiones que se han hecho sobre la autoestima, especialmente en revistas populares que se encuentran en los kioscos de periódicos, se han basado empleando medidas o cuestionarios no válidos ni confiables, y debemos considerar que carecen de rigor científico. Hasta el momento, ha habido varios claros intentos por desarrollar un instrumento de evaluación de la autoestima con rigor científico, que demuestre estadísticamente su validez y confiabilidad. Mencionaremos los más destacados.

1- Davies, Stanko y Roberts (1998) incluyen la Autoestima, al igual que la inteligencia emocional, dentro de los trabajos tradicionales sobre habilidades cognitivas. Desarrollaron una compleja investigación con una muestra total de 530 sujetos.

Los autores obtuvieron factores relacionados con la autoestima: apreciación de la emoción de uno mismo; claridad emocional y percepción de la emoción. Destacan que estos tres factores se muestran independientes de habilidades cognitivas fluidas y cristalizadas. Este estudio parece apoyar que la Inteligencia Emocional es conceptualmente distinta de otros tipos de inteligencia (validez divergente). También encontraron que la autoestima podría ser explicada en términos de personalidad. Para

ello, indagaron con escalas e instrumentos de evaluación de la Percepción de la emoción con medidas no emocionales, matrices de Raven (inteligencia fluida), medidas de personalidad y otras medidas como la percepción interpersonal, empatía, autoinforme de psicopatía, escala de depresión de Beck y el STAI (ansiedad). Sin embargo, el factor de percepción emocional no resulta tan claro.

2- Schutte, Maloufff, May, Haggerty, Cooper, Golden y Dornheim. Desarrollaron una medida de la autoestima, basada en el modelo de Inteligencia Emocional desarrollado por Salovey y Mayer, una prueba de 62 ítemes representando las diferentes dimensiones del modelo. El análisis factorial de las medidas recogidas a 346 participantes sugirió la creación de una escala de 33 ítemes. Los estudios adicionales con esta escala de 33 ítemes mostraron una buena consistencia interna (test-retest). Los estudios de validación mostraron que las puntuaciones en la escala de 33 ítemes sugieren:

a) Correlaciones con 8 de las 9 constructos relacionados puestos a prueba (atención a los sentimientos, claridad de sentimientos, control del humor, optimismo y control de impulsos).

b) Encontraron diferencias significativas a favor de terapeutas con respecto a sus clientes y a los internos de instituciones penitenciarias.

c) Diferencias significativas a favor de las mujeres con respecto a los varones, encontradas en las puntuaciones de los estudios sobre habilidades emocionales.

d) No encontraron relación con habilidades cognitivas

e) Encontraron relación entre la Inteligencia Emocional y la apertura a la experiencia vivencial.

Este estudio es más sencillo en cuanto al número de pruebas utilizadas, el proceso de validación es más completo pues incluye estudios sobre: desarrollo, consistencia interna y validez (predictiva y discriminante). Los resultados de este trabajo parecen indicar que el uso reducido de esta escala de 33 ítemes indica evidencia de validez y fiabilidad.

Sin embargo, la muestra poblacional no fue suficientemente homogénea. Asimismo, el test-retest fue sólo a los 15 días, mientras que los teóricos más reputados sobre los procesos de validación empírica recomiendan un mínimo de tres meses. Finalmente, para

medir con ciertas garantías la dimensión de un constructo psicológico, es deseable desarrollar ítemes en un número en torno a 30 por dimensión, y en este caso fueron cinco dimensiones para 33 ítemes.

3- Escala de Autoestima de Coopersmith. No tenemos conocimiento de que esta escala haya pasado por criterios estadísticos de validación. Consta de 25 ítemes, su aplicación es muy sencilla al igual que su calificación. Sin embargo, su validez y confiabilidad son dudosas.

	1	**2**	**3**
1. Más de una vez he deseado ser otra persona.			
2. Me cuesta mucho hablar ante un grupo.			
3. Hay muchas cosas en mí mismo que cambiaría si pudiera.			
4. Tomar decisiones no es algo que me cueste.			
5. Conmigo se divierte uno mucho.			
6. En casa me enfado a menudo.			
7. Me cuesta mucho acostumbrarme a algo nuevo.			
8. Soy una persona popular entre la gente de mi edad.			
9. Mi familia espera demasiado de mí.			
10. En casa se respetan bastante mis sentimientos.			
11. Suelo ceder con bastante facilidad.			
12. No es nada fácil ser yo.			
13. En mi vida todo está muy embarullado.			
14. La gente suele secundar mis ideas.			
15 No tengo muy buena opinión de mí mismo.			
16. Hay muchas ocasiones en las que me gustaría dejar mi casa.			
17. A menudo me siento harto del trabajo que realizo.			
18. Soy más feo que el común de los mortales.			
19. Si tengo algo que decir, normalmente lo digo.			
20. Mi familia me comprende.			
21. Casi todo el mundo que conozco cae mejor que yo a los demás.			
22. Me siento presionado por mi familia.			
23. Cuando hago algo, frecuentemente me desanimo.			
24. Las cosas no suelen preocuparme mucho.			
25. No soy una persona muy de fiar.			

Criterios de elección de opciones de respuesta
1 = Me describe
2 = aproximadamente
3 = No me describe o muy poco.

Clave de corrección de la Escala de Autoestima de Coopersmith:
La máxima puntuación alcanzable es de 25 puntos y la mínima de 0 puntos.
Puntúan con 1 punto las siguientes respuestas:

Ítem	Puntúa si ha respondido:
1	No me describe
2	No me describe

3	No me describe
4	Me describe
5	Me describe
6	No me describe
7	No me describe
8	Me describe
9	No me describe
10	Me describe
11	No me describe
12	No me describe
13	No me describe
14	Me describe
15	No me describe
16	No me describe
17	No me describe
18	No me describe
19	Me describe
20	Me describe
21	No me describe
22	No me describe
23	No me describe
24	Me describe
25	No me describe

4- La prueba “SSEI” (Student Self-Steem Inventory, o Inventario para la evaluación de la autoestima de los estudiantes), es un programa de evaluación de 5 componentes de la autoestima, para estudiantes de primaria y secundaria, elaborada por Robert Reasoner. Es un instrumento de evaluación que ha mostrado ser válido y confiable para uso en niños estadounidenses viviendo en E.U.A. Puede ser aplicado individualmente o en grupo.

Los 5 factores esenciales componentes de la autoestima académica, postulados por Reasoner son:

1- seguridad,
2- identidad,
3- pertenencia
4- propósito
5- competencia

El inventario mide la autoestima de los estudiantes a través de un auto-reporte. El estudiante debe escoger de una lista de 50 frases, cuales son las que él percibe como ciertas o falsas para él mismo. Requiere alrededor de 30 minutos para su aplicación. Se diseñó para:

1- Identificar los niveles de autoestima del estudiante
2- Evaluar los elementos que están afectando la autoestima académica
3- Identificar fuerzas y debilidades en la autoestima académica del estudiante
4- Elaborar actividades que refuercen aspectos específicos de la autoestima.
5- Programar actividades para los estudiantes de acuerdo con sus necesidades educativas derivadas de sus necesidades en autoestima.
6- Evaluar la eficacia de los programas de mejoramiento de la autoestima implementados por la escuela.
7- Detectar oportunamente a los estudiantes en riesgo de ver afectado su desempeño académico debido a su autoestima, y viceversa, es decir los que están en riesgo de ver afectada su autoestima por factores escolares o académicos.
8- Estimular a padres y maestros para implementar programas de estimulación motivacional y de autoestima para los estudiantes.

Es importante destacar que el SSEI está diseñado para evaluar únicamente los aspectos de la autoestima que se ven afectados por circunstancias escolares.

4- (TAMAI) "TEST AUTOEVALUATIVO MULTIFACTORIAL DE ADAPTACIÓN INFANTIL". Autor: Pedro Hernández y Hernández (Universidad de La Laguna, España). TEA Ediciones, S.A.

Esta es una prueba autoevaluativa, que consta de 175 proposiciones a las que el estudiante debe responder afirmativa o negativamente. Fue diseñada para aplicación en la escuela, puede ser aplicada de manera individual o colectiva, para niños de primaria, secundaria y preparatoria (de 6 a 18 años de edad). El tiempo de aplicación es variable, de 30 a 40 minutos.

La corrección puede ser hecha de dos maneras: una simple, que sólo computa los factores generales de inadaptación, y otra compleja, que precisa de una Hoja de computación para cada sujeto. El tiempo de corrección de la primera modalidad es de 2 minutos y el de la segunda modalidad de 6 minutos aproximadamente. Evalúa las siguientes dimensiones:

1- Inadaptación Personal,
2- Inadaptación Social,
3- Inadaptación Escolar,
4- Inadaptación Familiar
5- Estilo Educador de los Padres,

Incluye asimismo dos escalas auxiliares de "fiabilidad", o del estilo de realización de la prueba.

Estructuración factorial: Considerando que la variable edad determina diferentes estructuras factoriales, existen tres modalidades factoriales de la prueba en función de tres niveles:

-Primer nivel de 6 a 11 años y 5 meses, aproximadamente (primaria).

-Segundo nivel de 11 años y 6 meses a 14 años y 5 meses, aproximadamente (secundaria).

-Tercer nivel de 14 años y 6 meses a 18 años, aproximadamente (Preparatoria).

Tipificación:

- Se realizó una baremación específica para cada nivel.

-Se utilizó una doble modalidad de baremación, según factores:

1- Sistema Hepta (7 categorías), para los factores generales.
2- Sistema de Indicación crítica: Se señala la no constatación del factor cuando la puntuación es inferior a la obtenida por el 65 por 100 de los sujetos. Sin embargo se constata en tres niveles de intensidad cuando sobrepasa el centil 65. Se utiliza en los factores no generales.

Las pruebas de validez y confiabilidad se hicieron con muestras de población de habla hispana.

Cada una de las 5 dimensiones evaluadas incluye otros sub-factores.

(P) Inadaptación Personal, incluye:
(P1) Cogniafección:
(P11) Insatisfacción propia (descontento consigo y con la realidad)
(P12) Aprensión-somatización (miedo, culpabilidad, molestias corporales)
(P2) Cognipunición:
(P21) Timidez (retraimiento y vergüenza en la realidad social)
(P22) Intrapunición (autodesprecio)
(P23) Depresión (aburrimiento, tristeza, decepción)
(P3) Autosuficiencia defensiva (autovaloración excesiva y extrapunición)

(E) Inadaptación Escolar incluye:
(E1) Aversión a la instrucción:
(E11) Hipolaboriosidad (baja aplicación en el aprendizaje)
(E12) Hipomotivación (bajo interés en el aprendizaje)
(E13) Insatisfacción escolar (con la clase y colegio)
(E14) Aversión al profesor (descontento con el profesor)
(E2) Indisciplina (comportamiento disruptivo en clase)

(S) Inadaptación Social incluye:
(S1) Autodesajuste Social:
(S11) Agresividad social (enfrentamiento con las personas)
(S12) Disnomia (conflicto con la norma)
(S2) Restricción Social:
(S21) Introversión hostiligénica (introversión y desconfianza social, frente ala extraversión y confiabilidad)
(S22) Introversión hipoactiva (introversión, con comportamiento sosegado, frente a extraversión e hiperactividad)

(F) Insatisfacción con el ambiente familiar incluye:

(H) Insatisfacción con los hermanos
(Pa) Educación adecuada del padre (a la Educación asistencial-personalizada se resta el Proteccionismo, Permisivismo y Restricción, ponderando adecuadamente la puntuación en Permisivismo)

La Educación no restrictiva incluye:
(Pa1) Educación asistencial-personalizada (afecto, cuidado, respeto y control)
(Pa2) Proteccionismo (preocupación y ayuda excesiva)
(Pa3) Permisivismo (excesiva concesión y caprichos)
(Pa4) Restricción:
(Pa41) Perfeccionismo hipernómico (exceso de normativa y distanciamiento afectivo)
(Pa42) Estilo aversivo:
(Pa421) Marginación y rechazo afectivo
(Pa422) Perfeccionismo hostil (refuerzos negativos: recriminar, censurar...

(M) Educación adecuada de la madre (a la Educación personalizada se le resta la Educación asistencial, Permisivismo y Restricción. Para ello, se considera el carácter curvilíneo que muestra con Adaptación general la Educación asistencial, y se optimizan los valores, elevándolos –al cuadrado)

La Educación no restrictiva incluye:
(M1) Educación asistencial (afecto y cuidado)
(M2) Educación personalizada (respeto y valoración como persona)
(M3) Permisivismo (excesiva concesión y fomento de caprichos)
(M4) Restricción:
(M41) Asistencia restrictiva:
(M411) Desatención (falta de preocupación, comunicación y desconsideración)
(M412) Marginación afectiva (frente a otros)
(M413) Rechazo afectivo (no afecto y desprecio)
(M42) Personalización restrictiva:
(M421) Perfeccionismo hostil (refuerzos negativos: recriminar, censurar...
(M422) Perfeccionismo hipernómico (exceso de normativa y distanciamiento afectivo)

(Dis) Discrepancia educativa (diferencia entre el estilo educativo del padre y de la madre, al restar 1 puntuaciones obtenidas en la Educación adecuada de cada uno de ellos, que se pondera con una fórmula específica)

Corrección:

1- Sencilla: sólo se computan los factores generales (arriba indicados como “sencilla”. En cada nivel se desconsidera algunos elementos indicados en el manual.. En cada nivel se toman en consideración unos factores.
2- Compleja: Se utilizan las plantillas superponiéndolas al margen. Se contabilizan las respuestas SI y las respuestas NO, a través de plantillas y se trasladan los resultados a la Hoja de Computación y Perfil Gráfico

Descripción de escalas:

En general, cuanto más alta sea una puntuación, implica una mayor inadaptación. Ejemplo:

"Una puntuación muy alta en esta escala (Inadapación personal) indica que la persona no sólo tiene dificultades consigo misma (Autodesajuste), que se manifiesta a través de la infravaloración, miedo, culpabilidad, depresión o somatización, sino que puede tener también mecanismos disociativos con la realidad (Desajuste Disociativo), manifestado a través de mecanismos de regresión, evasión, ensoñación, etc., en su divorcio con la realidad."

CONCLUSIONES

La autoestima es el sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, del conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad, además es aprender a querernos y respetarnos, es algo que se construye o reconstruye por dentro. Esto depende, también, del ambiente familiar, social y educativo en el que estemos y los estímulos que este nos brinda.

La autoestima surge en el niño en los primeros años, y en el seno de la familia. La influencia que tiene la familia en la autoestima del niño o niña es muy importante, ya que esta es la que le trasmite o le enseña los primeros y más importantes valores que llevaran al niño a formar, a raíz de estos, su personalidad y su nivel de autoestima basal y circunstancial.

Cuando el niño está un poco más grande, comienza a convivir con personas que pertenecen a la familia extendida (tíos, primos, compadres, etc.) y con personas que se relacionan con la familia (vecinos, el tendero de la esquina, etc.), que comienzan a modelar la autoestima del niño en el contexto de lo social. Las influencias que el niño tenga en ésta área determinará las bases de la adaptación o inadaptación social, como factor de la autoestima general. Hay una estrecha relación entre la sociedad, la familia y la persona, ya que la sociedad es la que le presenta a la persona un modelo social con costumbres y con una cultura que a través de la familia son trasmitidos al individuo. Siendo el ser humano gregario por naturaleza, la adaptación social seguirá influyendo en el estudiante el resto de la vida, en cualquier contexto en que se encuentre.

Cuando el niño está en edad preescolar, comienza a ir a la escuela, y lleva ya una autoestima inicial en desarrollo, que se seguirá desarrollando en el Jardín de Niños a partir de lo que ya trae de la familia y del contexto social extra-escolar. Per ahora la autoestima recibirá modelamiento de tipo escolar o académico, y puede llevar a una adaptación o inadaptación escolar, como factor que influye tanto en la autoestima basal como en la circunstancial.

Finalmente, la Adaptación o inadaptación personal, es algo que se va construyendo desde que surge la autoestima en el niño. Básicamente refleja la autoestima basal ya que recapitula y sub-sume el modelamiento de la autoestima logrado en la familia, en la sociedad, y en la escuela, y acompañará al sujeto hasta la muerte. Para comprender la importancia de este factor, podríamos decir que si tuviéramos que elegir la evaluación mediante un solo factor, lo adecuado sería escoger la escala de adaptación-inadaptación personal.

El nivel de conocimiento que actualmente se tiene sobre los efectos de la autoestima en los estudiantes de secundaria, nos permite afirmar que:

1- El estudiante de secundaria pasa por un período sensible del desarrollo, en que es muy susceptible de verse afectada su autoestima.

2- Una autoestima disfuncional puede provocar en el estudiante problemas de conducta.

3- Una autoestima disfuncional puede también inducir en el estudiante problemas de desempeño académico.

4- Es importante evaluar la autoestima del estudiante de secundaria, y la evaluación podría ser exploratoria con fines preventivos, o bien cuando el alumno muestra pautas de conducta y desempeño escolar que sugieran una autoestima disfuncional, a fin de implementar un programa de ayuda para él.

5- Es importante que las escuelas secundarias comiencen a pensar en la posibilidad de implementar programas de mejoramiento de la autoestima de los estudiantes.

6- Para poder ayudar a un estudiante de secundaria que se sospecha tiene autoestima baja, lo primero que hay que hacer es asegurarnos de que efectivamente tiene baja autoestima mediante una evaluación con un instrumento que sea válido y confiable.

7- Cuando finalmente se haya diagnosticado de manera confiable una alteración de la autoestima, los datos sugieren que la terapia más efectiva es la Racional Emotiva de Albert Ellis, la cual se inserta en la corriente psicológica llamada “Cognitivo-Conductual”.

GLOSARIO

AMBIVALENCIA. Condición que se presta a dos posibles interpretaciones, distintas y opuestas.

ANAMNESIA. Acto de recordar la historia personal, por el propio sujeto. Estrategia del psicoterapeuta para reconstruir la historia de vida del paciente.

ANOSOGNOSIA. Del griego *nosos* 'enfermedad' y *gnosis* 'conocimiento' designa la incapacidad para reconocer enfermedades, alteraciones, trastornos, deficiencias, discapacidades, y por tanto dificultad para hace una apreciación autovalorativa realista.

APRENDIZAJE VICARIO. Aprendizaje por observación de las consecuencias que goza (premio) o sufre (castigo) un sujeto, en virtud de sus acciones.

ARRANQUE DEL CRECIMIENTO. Etapa del desarrollo que se caracteriza por un incremento repentino y dramático del tamaño corporal de los niños al llegar a la pubertad, para luego volver a un crecimiento corporal más gradual.

ASERTIVIDAD. Estilo honesto, directo y propositivo de comunicación para expresar ideas, sentimientos y actitudes, defendiendo nuestros legítimos derechos, sin agredir física, verbal o actitudinalmente a los demás.

ASEQUIBLE. Susceptible de conseguirse o alcanzarse.

AUTOESTIMA. Más específicamente, la autoestima puede definirse como una actitud auto-valorativa que la persona adopta hacia sí misma, y abarca tres dimensiones: cognitiva, afectiva y comportamental. Desde el punto de vista cognitivo, la autoestima es el conjunto de creencias valorativas que una persona tiene de sí misma. El aspecto afectivo es el conjunto de sentimientos que la persona experimenta con relación a sí misma. La dimensión comportamental es el patrón de conductas que una persona manifiesta hacia su propio cuerpo y hacia su propia psique.

BAGAJE. Equipaje.

BASAL. Básico o situado en la base. La autoestima basal es aquella que se forma en la infancia y acompaña al sujeto hasta su muerte como un fondo casi inalterable. Se diferencia de la autoestima circunstancial en que ésta última es muy variable y depende de las circunstancias del lugar y del momento, jugando el papel de figura sobre el fondo de la autoestima basal.

BÁSICO. Referente a las bases en que algo se sustenta. La confianza básica, según Erikson, es la confianza fundamental que se origina en la primera infancia y que acompaña al sujeto hasta su muerte, como fondo en que se suceden variaciones de una confianza vivencial, por razones circunstanciales. De igual manera, Horney consideraba que la maldad básica se generaba en los niños y los acompañaba hasta la muerte, y era causada

por la indiferencia paterna; es decir que maldad básica significa una falta de afecto paterno generado durante la infancia.

CÁBALA. Doctrina mística judía basada en la astrología (influencia de los astros), la quiromancia (lectura de la palma de la mano), y otras prácticas ocultas que sólo se reservaban para un selecto grupo de discípulos.

CATEXIA. Concepto psicoanalítico. Enlace consciente o inconsciente que ata sentimientos emocionales a una experiencia traumática (dolorosa). Una catexia libidinal es un enlace de la energía psíquica derivada del impulso sexual, a una experiencia traumática infantil.

COGNIAFECCIÓN. La cogniafección es sinónimo de autovaloración, y significa las posturas cognitivas asociadas a las emociones como respuesta a la realidad. Generalmente se detecta en forma de temor, intranquilidad, e insatisfacción.

COGNIPUNICIÓN. La cognipunición es sinónimo de autoculpabilización, y se debe a una valoración desajustada de sí mismo y de la realidad, que lleva al sujeto a cargar sobre sí el estrés vivido, y comporta una actitud de autocastigo, depresión y somatización.

CONJUNTIVO. Elemento gramatical que sirve para unir dos miembros de una frase. Ejemplo de uso de la conjunción *y*: El libro es tiene páginas *y* sabiduría.

CONSTRUCTO. Construcción realizada. Un constructo teórico es un concepto elaborado de manera organizada y completa a nivel puramente conceptual, sin que necesariamente exista una corroboración empírica con los hechos de la realidad concreta.

CONTROVERTIDO. Tema que ha generado mucha controversia, es decir mucha discusión sin llegar las personas a ponerse de acuerdo.

DISRUPTIVO. Interrupción brusca. Se dice que un alumno es disruptivo cuando su conducta altera bruscamente la dinámica de trabajo del grupo en el aula.

DISYUNCIÓN. Elemento gramatical que sirve para separar o excluir algún miembro de la frase. Ejemplo de *o* y *ni* como disyunción: Si un gato no tiene 7 vidas, *o* no es gato o no puede *ni* debe llamarse gato.

EVITACIÓN. Conducta mediante la cual el sujeto busca librarse de una experiencia que le resulta desagradable, apartándose de la causa, ella en lugar de modificarla o eliminarla.

FEHACIENTE. Originalmente era un adjetivo que significaba *haciente de la fe*, o el que hace fe. En su sentido actual, significa redundante hasta el convencimiento.

GNOSTICISMO. De *gnosis,* conocimiento. Doctrina filosófico-religiosa que afirma que la salvación depende del conocimiento; es decir que la tarea más importante en la vida es obtener el máximo conocimiento. En la edad media, los gnósticos fueron perseguidos por

la iglesia católica, por lo que decidieron esconder su conocimiento y lucir como personas de conocimiento promedio.

GREGARIO. Tendencia de algunos seres vivos a vivir y convivir en grupos, en sociedad. El ser humano es gregario por excelencia porque su sobrevivencia depende de su convivencia con otros seres humanos.

HÍBRIDO. Producto de elementos de naturaleza distinta. En antropología se refiere a la los humanos cuyos padres son de raza diferente. En psicología del desarrollo el vigor híbrido se refiere a una fortaleza característica que presentan los hijos de padres de diferente raza, diferente cultura y diferente país.

HOMEOSTÁTICO. Propiedad de los seres vivos que permite mantener en equilibrio las llamadas constantes biológicas frente a las variaciones del ambiente. Por ejemplo, cuando hace calor el cuerpo suda para enfriar la piel y que la temperatura interna se conserve.

HORMONA. Sustancia generada por una glándula y vertida directamente en el torrente sanguíneo para regular el funcionamiento de órganos y tejidos. Las hormonas gonadotrópicas son aquellas que regulan el funcionamiento de las gónadas (ovarios en la mujer y testículos en el hombre). La hormona luteinizante regula una de las fases (la fase lútea) del ciclo menstrual de la mujer.

INEXPUGNABLE. Que no se puede vencer o aprehender. Inexpugnabilidad es la característica de algo o alguien que le vuelve difícil de analizar, comprender o conquistar.

ÍTEMES. Plural de ítem. Un ítem es un punto o asunto. En psicometría es sinónimo de reactivos en pruebas psicológicas (tests).

LIBIDINAL. Lo referente al impulso derivado del instinto sexual. De “libido”, concepto psicoanalítico que define la energía psíquica derivada del instinto sexual.

MARCADOR SOMÁTICO. Concepto elaborado por el investigador Antonio Damasio para referirse a la respuesta química del organismo ante un suceso, que el sujeto percibe como una emoción. En otras palabras, es la base biológica de la emoción.

METACOGNICIÓN. Del prefijo *meta* que significa “más allá de”. De acuerdo con la teoría de clasificación elaborada por Bertrand Russell de los procesos de pensamiento (teoría de los tipos lógicos), la metacognición es un proceso cognitivo (de pensamiento) de nivel superior porque hace una reflexión sobre sí mismo. Por ejemplo, aprender es un proceso cognitivo, pero aprender a aprender es un proceso de nivel superior porque implica que se ha comprendido cómo se aprende, y ese aprendizaje se aplica a desarrollar estrategias para que el aprendiz busque o genere su propio aprendizaje.

METAFÓRICO. Expresión tipo metáfora o que contiene metáforas. La metáfora consiste en trasladar, mediante una comparación, un sentido recto a un sentido figurado. Por ejemplo: *El tiempo es oro*.

MOTU PROPIO. De la locución latina *motu-proprio*. Significa: por voluntad propia y espontánea.

NEGATIVISMO. Actitud negativa a toda propuesta. Cuando los niños comienzan a caminar, a menudo se exponen a riesgos y la mamá comienza a usar expresiones para protegerlo: no te vayas para allá, no toques eso, etc. De pronto el niño descubre el uso de la negación, y comienza a utilizarla: su mamá le dice *ven*, y él dice *no.* Su mamá dice *come* y el se niega. A esta etapa entre 1 y 3 años de edad se le conoce como"primera etapa de negativismo" porque el niño adopta la actitud experimental de negarse a casi todo lo que se le dice. Es una etapa madurativa pasajera. La segunda vez que se presenta una actitud negativa es en la adolescencia, y por eso se le conoce como "segunda etapa de negativismo". El joven, obligado por impulsos madurativos internos que le llevan a la independencia, necesita experimentar la toma de sus propias decisiones, y su independencia solo puede darse cuando él toma una decisión que es diferente a la de sus padres, pues si su decisión fuera igual a la de sus padres entonces no se podría diferenciar como una decisión de él mismo.

NEUROQUÍMICA. Referente a las sustancias químicas cerebrales llamadas neurotransmisores, que intervienen en el funcionamiento de las neuronas.

PITUITARIA. Glándula maestra que se encuentra en la base del cerebro y secreta hormonas (sustancias que se vierten directamente al torrente sanguíneo).

PRAGMÁTICO. Práctico. Persona que prefiere la acción a la especulación teórica.

PSEUDO AUTOESTIMA. Autoestima falsa, supuesta o sin fundamento en la realidad.

PSICOMETRÍA. Rama de la psicología que se especializa en medir el rendimiento o comportamiento de una persona en una situación en que se pone a prueba una determinada capacidad o función psíquica. Los instrumentos utilizados por la psicometría son objetivos, cuantitativos, ajustados al rigor del método científico positivista, y apoyados por técnicas estadísticas.

PULSIÓN. Impulso o motivación de origen psíquico y totalmente desligado a cualquier origen biológico.

RETEST. Anglicismo adoptado por su frecuencia de uso en psicometría. Del Inglés Test que, como sustantivo, significa prueba o instrumento de evaluación, y como verbo significa evaluar. En psicometría y en psicología experimental, retest significa una segunda evaluación que se hace a un mismo sujeto, y con la misma prueba.

RIGORISTA. Conducta extremadamente severa. Una autocrítica rigorista es la conducta mediante la cual un sujeto se critica a sí mismo con extrema severidad.

SECULAR. Referente a un siglo.

SELF. Palabra de origen Inglés que significa "sí mismo" o el "yo mismo". De acuerdo con Allport es el "funcionamiento propio" de cada sujeto, y se constituye con la mayoría de los comportamientos de una persona.

SOCIÓPATA. Trastorno de la conducta que caracteriza a la persona que viola leyes, reglas, normas sociales y los derechos de los demás, al someterlos a riesgo o daño en sus bienes o en sus personas.

SUBPERSONALIDAD. En la teoría de Nathaniel Branden, la personalidad de un sujeto está compuesta por un conjunto de personalidades, que por estar contenidas en un conjunto mayor (la personalidad total o global), de acuerdo con la teoría matemática de conjuntos, deben llevar el prefijo "sub". En otras palabras, una subpersonalidad es una personalidad menor que forma parte de una personalidad mayor.

TÁBULA RASA. Significa literalmente pizarrón sin escritura. En 1913 John Watson, postuló que el ambiente y la educación eran la clave de la inteligencia, y el ser humano al nacer era una "tábula rasa" o pizarra vacía donde la sociedad escribía su cultura y desarrollaba la inteligencia del niño.

THÁNATOS. Genio masculino de la muerte. Concepto psicoanalítico del impulso o tendencia hacia conductas que acercan a la muerta.

TORAL. La Tora es el libro que contiene la ley Mosaica. Equivalente a la Biblia de los cristianos. Decir toral es como decir la máxima y última palabra. Toral significa el punto clave de máxima importancia.

TRAUMÁTICO. En psicología significa experiencia dolorosa, a diferencia de las ciencias médicas donde significa lesión orgánica por violencia externa.

VOLITIVO. Referente a la voluntad. Un acto volitivo es un acto que depende de la voluntad del sujeto.

BIBLIOGRAFÍA

ASOCIACIÓN Argentina de prevención de la violencia familiar (1998). "Manual de capacitación y recursos para la prevención de la violencia familiar". Secretaría de Desarrollo Social. 1998.

BANDURA, A. “The Stormy decade: Fact or Fiction? Psychology in the Schools. USA, 1964.

BISCHOF, Ledford. Interpretación de las teorías de la personalidad. Trillas, México. 1987

BRANDEN, Nathaniel. Cómo mejorar su Autoestima. Paidós. México. 1989.

BRANDEN, Nathaniel. El Poder de la Autoestima. Paidós. México. 1ª edición en Español, 1993.

BRANDEN, Nathaniel. Los Seis Pilares de la Autoestima. Paidós, México, 1995.

CARDINAL, Catherine. Los Diez Mandamientos de la Autoestima. Panorama Editorial. 2002.

CUELI, José. Teorías de la personalidad. Trillas, México. 1985.

CHILDRE, Doc L. Adolescentes seguros, Selector. México, 2002.

DAMASIO, A. El Error de Descartes. Editorial Andrés Bello, México, Chile, 1996..

DICAPRIO, n. s. Teorías de la personalidad. Interamericana. México. 1985.

DRYDEN Windy, Dra. y Jack Gordon. Cómo lograr la autoestima. Ediciones Suromex, México, 2002.

ERIKSON, Identity and the life cycle. International University Press. USA, 1959

FADIMAN, James y Robert Frager. Teorías de la personalidad. Harla. México. 1989.

FIELD, Lynda. 60 Consejos para elevar la autoestima. Diana. México, 2002.

FRANCES, Mayfarth, "Human Beings I Have Known", Adventures in Human Relations. (Boletín para la educación de la infancia), Washington, D.C: The Association, 1948.

GARDNER H., Inteligencias múltiples. , 1993

GOLEMAN, D. Inteligencia Emocional. Kairós. España 1996.

GUIMÓN; D. Goerg; E. Zbinden; W. Fischer. "La vigencia del psicoanálisis entre los psiquiatras". Avances en salud mental relacional. Marzo 2003.

HALL, Stanley. Adolescence. Appleton, USA, 1904

JONES, M.C. y N. Bayley. "Physical maturing among boys as related to behavior. Journal of Educational Psychology. USA, 1950.

KENISTON, K. Young radicals. Notes on commited youth. Harcourt, Brace & World, USA, 1968

LERNER, R.M. "Physical attractiveness, body attitudes and self-concept in late adolescents. Journal of Youth and Adolescence. USA, 1974.

McKINNEY, John Paul, Hiram E. Fitzgerald y Ellen A. Strommen. "Psicología del desarrollo adolescente". El Manual Moderno, México, 1982.

MECE, Judith. Desarrollo del niño y del adolescente. Sep. McGraw Hill. México. 2000

MORROW, W.R., y R.C. Wilson. "Family relations on bright high-achieving and underachieving high school boys". Child Development. USA, 1961.

MUÑOZ Z. Berenice, Autoestima para sus hijos, Editorial Distribuidora Leo, México, 2002.

MUSSEN, P.H., y M. C. Jones. "The behavior inferred motivations of late and early maturing boys. Child Development. USA, 1957.

RODRÍGUEZ E. Mauro, Pellicer Georgina y Domínguez Magdalena. Autoestima: Clave del éxito personal, Manual Moderno. México, 2002.

SHER Barbara. Juegos para mejorar la autoestima en los niños. Selector. México, 2002.

SHIBUTANI, Tomotsu. "Psicología social y psicología" Editorial Paidós. Diciembre de 1971.

SULLIVAN, H.S. The Interpersonal Theory of Psychiatry. USA, 1953.

YAGOSESKY, Renny. Autoestima en palabras sencillas, Júpiter Editores, México, 1998.